В. А. ЦВЕТКОВ, М. А. РЕЗНИКОВ

ПОСТЫ: ПРАВДА И ВЫМЫСЛЫ



БЕСЕДЫ О МИРЕ И ЧЕЛОВЕКЕ

В. А. ЦВЕТКОВ, М. А. РЕЗНИКОВ

ПОСТЫ: ПРАВДА И ВЫМЫСЛЫ

МОСКВА
ИЗДАТЕЛЬСТВО
ПОЛИТИЧЕСКОЙ
ЛИТЕРАТУРЫ
1990

ББК 86.372
Ц27

Цветков В. А., Резников М. А.

Ц27 Посты: правда и вымыслы.— М.: Политиздат, 1990.— 127 с.— (Беседы о мире и человеке).
ISBN 5—250—00774—0

Авторы книги — кандидат философских наук В. А. Цветков и врач М. А. Резников — рассказывают о постах как составной части религиозного культа. Посты рассматриваются в разных аспектах — историческом, нравственно-философском и медицинском. Авторы использовали в работе большой этнографический и историко-церковный материал.
Книга рассчитана на широкие круги читателей.

Ц $\frac{0403000000-019}{079(02)-90}$ 88—90

ББК 86.372

ISBN 5—250—00774—0

ОТ АВТОРОВ

Электричка бежала в сторону Москвы. Пассажиры, как водится, дремали, закусывали, шелестели газетами. Мы с товарищем тоже уткнулись в журналы — накануне пришел свежий номер «Науки и религии».

На одной из остановок в вагон вошел и занял место рядом с нами весьма колоритный мужчина — грузный, с могучей, до самых глаз, бородой и в широкополой фетровой шляпе. Сосед сначала сидел безучастный ко всему, погруженный в свои думы, а потом стал прислушиваться к нашей беседе и мало-помалу втянулся в нее.

Разговор зашел о религиозных постах, и тут наш собеседник проявил удивительную осведомленность. Цитаты из Василия Великого, Иоанна Златоуста и других отцов церкви так и сыпались из него. Да что там сочинения древних богословов! Бородач отлично знал модные теории современных диетологов и довольно удачно сопрягал их с христианской концепцией пищевого воздержания. Послушать его, так религиозные посты — благо, незаменимое средство укрепления духовного и физического здоровья человека.

Нельзя сказать, что мы с товарищем быстро сдали свои позиции. Мы пытались выстроить систему аргументов, но привести неопровержимые доводы о несостоятельности учения церкви о постах с ходу нам не удалось. Вопрос оказался не таким простым, как может показаться непосвященному, тем более что сама церковь подвергла основательной ревизии традиционный взгляд на аскезу и ее место в жизни христианина.

Наш ученый оппонент сошел в Малоярославце, и спор остался неоконченным. Появилось желание разобраться поглубже в проблемах, связанных с пищевыми запретами и ограничениями, с их исторически-

ми корнями и процессом эволюции, чтобы продолжить разговор на тему, представляющую несомненный интерес не только для специалистов, но и для широкой публики. Так родился замысел этой книги.

Процесс перестройки, охвативший все сферы жизни советского общества, затронул и атеистическую пропаганду. Уходят в прошлое примитивно-разоблачительные методы, попытки загнать идейного противника в угол любой ценой, не брезгуя при этом весьма сомнительными средствами, вплоть до передергивания фактов и лишения служителей церкви возможности публично отстаивать свои взгляды.

Уяснение той простой истины, что верующие такие же граждане, как и остальные члены общества, в большинстве своем лояльно настроенные по отношению к Советскому государству, честные труженики, заставило по-иному взглянуть на их правовое положение, обеспечить прочные гарантии для беспрепятственного и полного проявления свободы совести. Более того, от конфронтации с церковью мы перешли к диалогу с ней и даже восприняли идею сотрудничества по целому ряду морально-политических вопросов.

Новые ориентиры в отношениях между церковью и государством вызвали форменное замешательство в среде кадровых пропагандистов научного атеизма. Иные из них поспешили сложить свое оружие. И совершенно напрасно. Давно назревшая нормализация положения религии и церкви в социалистическом обществе не означает идейного примирения двух противоположных мировоззрений — религиозного и научного. Происходит возврат к ленинским принципам атеистической пропаганды, реализация на деле известного призыва, выдвинутого партией еще в годы первой русской революции. «Мы требуем,— писал В. И. Ленин в статье «Социализм и религия»,— полного отделения церкви от государства, чтобы бороться с религиоз-

ным туманом чисто идейным и только идейным оружием, нашей прессой, нашим словом»[1].

Партийные документы последних лет не только подтверждают, но и развивают ленинскую концепцию атеистической пропаганды. Наряду с идеями диалога и сотрудничества настойчиво звучит мысль о необходимости усиления работы по формированию научного, марксистско-ленинского мировоззрения у всех членов нашего общества, причем особое внимание обращается на подрастающее поколение. Не снята с повестки дня и терпеливая просветительская работа с верующими гражданами при полном соблюдении их прав и свобод.

Выступая на XIX партийной конференции, М. С. Горбачев подчеркнул: «Мы не скрываем своего отношения к религиозному мировоззрению как нематериалистическому, ненаучному. Но это не основание для неуважительного отношения к духовному миру верующих людей и тем более — применения какого бы то ни было административного давления для утверждения материалистических воззрений»[2].

Диалог с верующими не исключает дискуссии с ними. А тем для дискуссии накопилось немало. Одна из них — роль и место религиозных постов в жизни верующего человека. Эта тема не была обойдена вниманием в советской атеистической литературе. Но многие ее аспекты оказались недостаточно раскрытыми, намечены, как говорится, пунктиром. Сказалось, видимо, и то обстоятельство, что тема постов длительное время была чрезвычайно непопулярной в связи с трудностями решения продовольственной программы.

Конъюнктурные соображения не позволяли основательно заняться изучением одного из древнейших религиозных обрядов. А потребность сегодня в таком изучении появилась довольно острая в связи с повы-

шенным интересом населения к различного рода режимам питания. Нередки попытки за счет пропаганды религиозных постов укрепить позиции церкви. Ведется полемика вокруг темных, непроясненных вопросов о медицинском аспекте пищевых ограничений. Восполнить, хотя бы отчасти, пробелы в научной картине религиозных постов, в вопросах их генезиса, сущности и социальной роли и призвана настоящая книга.

Учитывая многоплановость объекта исследования, авторы сосредоточили свое внимание на традициях и нормах исполнения этого древнего обряда, принятых в Русской православной церкви, всегда отличавшейся развитой и сложной системой религиозных постов.

КУДА УХОДЯТ КОРНИ



Долог и труден путь человечества от незнания к знанию, от примитивных, наивных представлений о вещах и явлениях к стройной системе мировосприятия. Ориентировочный рефлекс, названный И. П. Павловым «что такое?», свойственный живым существам с высшей нервной деятельностью, у человека, по мере его развития, покидает границы инстинкта и поднимается до уровня осознанного и целенаправленного действия. Однажды брошенное природой зернышко познания дало с течением времени бурные всходы. Коллективными усилиями человек воздвиг величественное здание науки, основанное на прочном фундаменте философского материализма. Несущие конструкции этого здания — теории и концепции, связанные системой доказательств и опирающиеся на строгий научный эксперимент. Истинность

этих теорий многократно проверена в ходе практического освоения человеком окружающего мира.

Таково положение в наше время. Но как любая пирамида начинается с первого обтесанного камня, положенного в ее основание, так и совокупность знаний о природе, обществе и самом человеке зарождалась из первых, неуверенных попыток наших далеких пращуров объяснить, истолковать явления окружающей его действительности. Причем эти попытки не были плодом праздного любопытства. Они диктовались железной необходимостью борьбы за существование, стремлением человека выжить, сохранить себя как биологический вид, располагая минимумом жизненных условий.

Природа никогда не была для человека доброй английской тетушкой, держащей наготове в духовом шкафу яблочный пирог или сытный пудинг. Не так уж много найдется райских мест на Земле, где в изобилии растут хлебные деревья и над самой головой свисают гроздья спелых бананов. Молочные реки в кисельных берегах текут только в сказках. А в суровой действительности человек издревле добывал хлеб в поте лица своего.

Малочисленные племена вели нескончаемую, изнурительную борьбу за существование. Непроходимые лесные дебри покрывали большую часть континентов, открытые пространства были редки. Леса кишели хищниками. На каждом шагу человека подстерегала опасность. Простое дело — отойти на двадцать шагов в сторону, чтобы поискать хвороста для затухающего костра,— могло стоить жизни смельчаку.

Богатство человека зависит от орудий его труда и умения ими пользоваться. А чем располагал пещерный человек? Каменным топором, скребком да мотыгой — заостренной и обожженной для крепости суковатой палкой. Ни развитого земледелия, ни ското-

водства люди на протяжении многих тысячелетий не знали. Собирательство, охота да рыбная ловля — вот и все источники их жизни. Источники, заметим, весьма ненадежные. Неудачная охота грозила голодной смертью всему роду. Слабый огонек жизни первобытного человека едва теплился, готовый погаснуть от любого резкого дуновения.

Люди создали красивую легенду о золотом веке, будто бы существовавшем на заре истории, о царстве изобилия и об отсутствии какой-либо нужды. Земля плодоносила сама собой, и на долю человека оставалось только собирать богатый урожай. Все остальное время люди проводили в счастливой праздности и беззаботном веселье. Гесиод и Овидий считали, что первый период в жизни человечества — самый счастливый. Но уже Сен-Симон утверждал, что золотой век не позади, а впереди.

Неразвитость производительных сил порождала полную зависимость первобытного человека от природы. Болезни и голод резко сокращали продолжительность его жизни, а гибель сородичей во время стихийных бедствий, от хищников и вражеских стрел была обычным делом. Существование первобытного человека было зыбким и ненадежным, что вселяло в него чувство неуверенности и страха перед окружающей природой. Не в силах противостоять неблагоприятному влиянию внешних обстоятельств, он подчинялся им, твердо следуя при этом родо-племенным установкам и традициям, регламентирующим поведение каждого члена первобытной общины [1].

Первобытный человек не выделял себя из окружающей среды, не мог провести четкую разграничительную черту между «я» и «не я». Он ощущал себя частицей природы, более того, переносил на природные явления свойства собственной личности, олицетворял их. Для «дикаря» и ревущий водопад, и навис-

шая над тропой скала, и дерево, и цветок, и ворон, и песец — все это «люди», подобные ему самому, только в другой оболочке.

Сохранилась запись рассуждений на эту животрепещущую тему чукотского шамана. «Все сущее живет,— говорит шаман.— Лампа ходит, стены дома имеют свой голос, и даже урильник (сосуд для сбора мочи.—Авт.) имеет свою собственную страну, и шатер, и жен, и детей. Шкуры, лежащие в мешках, разговаривают по ночам. Рога (оленьи) на могилах ходят обозом вокруг могилы, и сами покойники встают и приходят к живым... Маленькая серая плиска шаманит, сидя в углу между суком и стволом. Дерево дрожит и плачет под ударами топора, как бубен под колотушкой» [2].

Своеобразная логика в этих рассуждениях присутствует, если встать на точку зрения человека, основным методом познания которого является аналогия, сопоставление всего качественного многообразия вещей и явлений с собственной персоной как единственным мерилом вещного мира. Эта логика заставляет первобытного рыбака обращаться к рыбам с просьбой о том, чтобы они лучше ловились, а дровосека извиниться за беспокойство перед деревом, прежде чем срубить его. Индейцы Северной Америки не только просили прощения у убитого ими медведя, но и выкуривали с ним трубку мира, вставляя ее в пасть зверя.

Одушевление природы, наделение ее человеческими свойствами получило в науке название «аниматизм». Этнографы собрали в подтверждение этих наивных воззрений колоссальный фактический материал. Одним из ярких примеров аниматизма служат слова и поступки отважного и мудрого Дерсу Узала, настоящего сына тайги, описанные русским путешественником В. К. Арсеньевым. Приведем хотя бы один фрагмент из его книги «По Уссурийскому краю».

«Вечером Марченко и Олентьев улеглись спать раньше нас, а мы с Дерсу, по обыкновению, сидели и разговаривали. Забытый на огне чайник настойчиво напоминал о себе шипением. Дерсу отставил его немного, но чайник продолжал гудеть. Дерсу отставил его еще дальше. Тогда чайник запел тоненьким голоском.

— Как его кричи! — сказал Дерсу.— Худой люди! — Он вскочил и вылил горячую воду на землю.

— Как люди? — спросил я его в недоумении.

— Вода,— отвечал он просто.— Его могу кричи, могу плакать, могу тоже играй.

Долго мне говорил этот первобытный человек о своем мировоззрении. Он видел живую силу в воде, видел ее тихое течение и слышал ее рев во время наводнений.

— Посмотри,— сказал Дерсу, указывая на огонь,— его тоже все равно люди» [3].

От наделения всех предметов и явлений антропоморфными свойствами остается один шаг до анимизма — веры в существование души и всевозможных духов. В сознании людей, стоящих на низшей ступени общественного развития, аниматизм и анимизм переплетаются столь тесным образом, что разделить их удается не всегда.

Воображение человека всегда поражали грозные явления природы. Неподвижная земная твердь вдруг начинала ходить под ногами и покрываться трещинами. Гигантские огненные стрелы ударяли из туч в вековые деревья, расщепляя их стволы. Горы изрыгали из своих недр камни, пепел и огненную лаву. Среди ясного неба и спокойного моря вдруг налетал неведомо откуда шквал и опрокидывал утлые суденышки рыбаков, вышедших на промысел.

Не имея понятия о законах природы, о причинно-следственных связях, лежащих в ее основе, первобыт-

ный человек шел ложным путем познания — за каждым явлением он усматривал действие невидимых духов, доброжелательно или враждебно настроенных к нему. Вера в духов природы естественным образом вызывала желание воздействовать на них, умилостивить, задобрить и тем самым нейтрализовать вредоносное влияние одних и стимулировать помощь со стороны других. Духам стали приносить жертвы, произнося при этом различные заклинания, принимая уничижительные позы, а также производить другие магические действия. Так появились первые обряды, совокупность которых и составила религиозный культ.

Есть и другая версия происхождения обрядов. Ряд исследователей считает, что охотничья маскировка и охотничьи танцы положили начало обрядности, то есть обряды изначально носили учебно-тренировочный характер, являлись средством обобщения трудового опыта, служили целям воспитания, сплочения, организации коллектива древних людей [4].

Забота о пропитании всегда являлась одной из главных забот человека. При всей неразвитости сознания люди первобытного общества отлично видели и понимали, что пища — источник жизни и благополучия, ее достаток ведет к умножению рода, а нехватка — к голоду и смерти сородичей. В психологии людей еда приобрела нерасторжимую связь со всеми элементами вечной триады: смерть — плодородие — жизнь.

Очень рано пища помимо своего прямого физиологического назначения получила самую широкую интерпретацию как объект ритуальных действий. Появилось деление еды на «мужскую» и «женскую», бытовую и религиозно отмеченную, «божественную» и «дьявольскую» [5].

Пища в различных ее видах и состояниях — главный компонент жертвоприношений, причем многообразие вариантов здесь очень велико. Чаще всего в жертву

приносилось тотемное животное с последующим вкушением его частей [6].

Были времена и человеческих жертвоприношений как отголосок каннибализма, практиковавшегося фактически у всех народов. Причина людоедства, заметим попутно, кроется не в «испорченности нравов» туземного населения Африки или Тихоокеанских островов, как считали христианские миссионеры, а в остром дефиците пищевых ресурсов, особенно животного белка. Альберт Швейцер в своих знаменитых «Письмах из Ламбарене» свидетельствует о том, что в Экваториальной Африке никогда не росло ни плодовых растений, ни фруктовых деревьев. До прихода европейцев здесь не произрастали ни банановые кусты, ни маниок, ни батат, ни масличная пальма. В местностях, пишет Швейцер, где эти полезные растения пока что неизвестны, царит постоянный голод. Это вынуждает родителей продавать своих детей в более благополучные районы. Голод приучает туземцев есть землю, и привычка эта сохраняется у них даже тогда, когда они перестают голодать. Отмечал он и случаи людоедства [7].

В жертву духам природы приносили различные виды продуктов: съедобные коренья, плоды деревьев, мясо убитых животных, а в новое время — даже табак и спиртные напитки. Вот как описывает А. Швейцер рыбную ловлю, устроенную неграми в нижнем течении реки Огове.

«В первый день, оказывается, рыбу не ловят, а только освящают место. Старейшины льют в реку водку и бросают туда табачные листья, стараясь умилостивить злых духов, дабы те не препятствовали рыбе попадать в сети и никому не причиняли вреда» [8].

Приношение подарков божествам осуществлялось не бессистемно, а в рамках строго соблюдаемого ритуала. Так, во время «медвежьего праздника»

гиляки — коренные жители острова Сахалин — никогда не приносили в жертву «хозяину тайги» медвежье мясо. Их дары состояли из мяса зарезанных собак, рыбы, табака, сахара и других продуктов.

Поскольку первобытный человек в каждом природном явлении видит живое существо, а целое сонмище злых и добрых духов контролируют каждый его шаг, то он всегда готов на жертвоприношения, стремясь обезопасить себя, подстраховаться на будущее, если даже в настоящий момент никакая видимая опасность ему не грозит.

Долганы, обитающие на Таймырском полуострове, «кормят» огонь, бросая в него кусочки пищи, в основном жир. Пожилые эвенки и сегодня следуют правилу — находясь в лесу, бросать в костер все то, что ешь. Охотники следуют этому правилу на всякий случай. Дома в огонь многие плещут спирт или водку [9]. Дерсу Узала приносил жертвы водопаду. И это понятно. Ревущий водопад, огонь — стихии грозные. Первобытный охотник старался поэтому заручиться их добрым расположением, «откупиться» небольшими подарками.

Жертвоприношения сопровождали многие, если не сказать все, крупные события в жизни рода и каждого отдельного его члена, будь то начало промыслового сезона или постройка нового дома, объявление войны соседнему племени или вызывание дождя во время засухи. Совершение обряда инициации — посвящение мальчиков в мужчины и в наши дни проходит у африканского племени масаев, входящего в нилотскую группу народов, весьма торжественно, с принесением в жертву вола. Вот как это происходит.

«Вола привели на дно долины. Младшие старейшины и младшие мораны (воины) окружили его, а предводитель старших моранов, издав громкий клич, вонзил меч в горло животного. Волу не дали упасть на землю. Сгрудившиеся вокруг мужчины поддерживали

его, и, когда по могучему телу пробежала последняя конвульсия, предводитель старших моранов поднес к ране, из которой хлестала кровь, церемониальный рог.

Как только красная пена полилась через край, он отпил из рога глоток и передал его предводителю старейшин.

...Предводитель старейшин подошел к мальчишкам и, обмакнув в рог указательный и средний пальцы, начал замазывать кровью белые полосы на лбу у посвящаемых. Это была церемония, преисполненная для присутствующих глубокого смысла. Кровь домашнего скота у нилотов — символ жизни, она вселяет в воинов силу и доблесть. Белый цвет детства, замазывавшийся старейшиной, уходил в прошлое. Символом будущих моранов становился красный цвет мужества»[10].

Чтобы не тратить на жертвы слишком много пищи, которой постоянно не хватало, люди начали хитрить — оставлять от жертвенного животного для собственного употребления лучшие части, а божествам — что похуже, малосъедобные остатки, мотивируя это тем, что у бога всего хватает.

Большая «статья расходов» патриархальной общины была связана с культом предков. Считалось, что мертвые нуждаются в пище наравне с живыми. Дело доходило до абсурда. В Китае, например, сын сохранял своего умершего отца в гробу целые годы и регулярно приносил ему еду и питье, как живому.

Огромных расходов требовал установившийся на Кавказе обычай праздновать тризну по умершему. Поминки с приглашением многочисленных гостей, с жертвоприношениями особенно широкое распространение получили у осетин, ингушей, сванов, абхазов и других соседних народностей. Хозяин дома скорее согласился бы на полное разорение, чем поскупиться на угощение. У осетин нельзя было нанести человеку

большей обиды, чем обвинив его в том, что его мертвецы голодают, то есть что он плохо исполняет свою обязанность устраивать поминки [11].

Инстинкт самосохранения, да еще в условиях постоянной нехватки качественной и калорийной пищи, уже на ранних ступенях первобытнообщинного строя привел к необходимости рационирования питания, к многочисленным пищевым запретам. Но мы допустили бы ошибку, сведя табуирование пищи только к хозяйственным соображениям. Мотивация этих действий значительно шире. Сделаем попытку привести пищевые запреты в систему, классифицировать их по признаку целевого назначения и мотивировки, хотя заранее оговоримся, что далеко не во всех случаях это представляется возможным.

Вначале разберемся в том, что в принципе представляют собой пищевые запреты, появление которых в целом свидетельствовало о прогрессе социальной организации первобытного человека, о преодолении им инстинктов хищнического истребления пищевых ресурсов.

Ключ к пониманию пищевых запретов лежит в системе табу, регламентирующих жизнь первобытной общины. Фактически весь семейно-бытовой уклад на ранних ступенях существования человечества строился на принципах табуирования. Нарушение установленных запретов означало вызвать гнев сверхъестественных сил и навлечь на себя кару земных властей.

Запреты, пишет французский исследователь И де Гарин, «носят прежде всего регулирующий характер как в социальном, так и в общем «космическом» плане. Запреты определяют место каждого. Они способствуют внедрению в среду «дифференцирующей шкалы», которая обеспечивает возможность установления диалога, обмена, системы взаимных обязательств, без

чего немыслимо существование человеческого общества»[12].

Есть версия о том, что деление пищи на «чистую» и «нечистую», «свою» и «чужую» связано прежде всего с переходом наших предков от старой пищевой традиции, дозволяющей использовать в пищу гадов, грибы, человеческое мясо, сырое мясо, испражнения и т. д., к еде как продукту культуры. Отныне прежняя еда стала восприниматься как «антипища»[13].

Следует учитывать также то обстоятельство, что пища, с точки зрения первобытного человека, может представлять собой источник жизненной силы — мана. Поэтому поедание частей жертвенного животного не есть элементарный акт насыщения, а ритуальный обряд со своими ограничениями и предписаниями.

Пищевые запреты можно классифицировать по разным признакам. С точки зрения продолжительности они могут быть кратковременными или постоянными. В Африке во время обжига горшков или другой такой же ответственной процедуры, требующей вмешательства сверхъестественных сил, устанавливается временный пищевой запрет. Такое же правило вводится у североамериканских индейцев, пока охотники находятся на промысле.

Примеры постоянных запретов можно почерпнуть в священных книгах иудеев, мусульман и представителей других конфессий. В Библии приводится целый перечень животных, мясо которых иудеям запрещается употреблять в пищу. В этом списке мы находим и верблюда, и зайца, и свинью, различных грызунов и пресмыкающихся, а также стервятников и других птиц, сходных с ними по пищевому рациону. Даже прикосновение к этим животным делает человека «нечистым»[14].

Пищевые запреты могут носить индивидуальный характер, касаться отдельной категории, группы людей

или охватывать всю родовую общину, а в ряде случаев и весь народ, когда религия из племенной становится национально-государственной.

В прошлом неоднократно предпринимались попытки (да и сегодня они еще имеют место) дать рациональное объяснение пищевым запретам с точки зрения медицины и физиологии. Некоторые табу, действительно, поддаются такой расшифровке — в частности, запрет у мусульман есть мертвечину. Другой пример: в Сенегале ребенку, заболевшему корью, дают еду, лишенную питательной ценности, поскольку обычная пища — просяная каша признается трудной для усвоения ослабленным организмом. Но как рационально объяснить запрет беременным женщинам в Кении потреблять наиболее ценные продукты питания — молоко и мясо?

Прав поэтому И де Гарин, утверждая, что первоначальные причины табу следует искать не только в сфере физиологии, но также в социально-культурном, религиозном и экономическом контекстах[15].

Наиболее логичным и приемлемым объяснением пищевых запретов является их экономическая целесообразность. В отличие от животных, действующих преимущественно в рамках инстинктов, человек разумный уже на ранних ступенях своего развития начал постигать азы экологии, хотя бы и на эмпирическом уровне. Он понял, что нельзя уничтожать плоды в завязи, надо дать им дозреть. Отсюда — запрет в некоторых районах Чада срывать фрукты в стадии их созревания. Запрет снимается после подношения первых фруктов божествам.

Не к этим ли древним истокам восходят так называемые спасы на Руси? Их на август месяц приходится целых три. Первый спас — медовый, второй — яблочный, а третий — хлебный, дожинки. В средней полосе России к началу августа по старому стилю на пасеках

заканчивался летний накопительный цикл и можно было ломать (брать) соты. Такой же запрет существовал и на употребление яблок до яблочного спаса, то есть до момента их созревания.

Хозяйственными соображениями объясняется также половая и возрастная дискриминация в отношении пищи. Поскольку благополучие рода целиком зависело от главных добытчиков — охотников и рыболовов, то самые лучшие и питательные куски предназначались им. Рацион же подростков и женщин был намного скромнее.

Мы вправе высказать и другое предположение. Возможно, утверждение патриархата резко ослабило общественный вес женщины, ее роль и сфера деятельности сузились. Это наложило отпечаток и на потребление пищи. Ряд продуктов, видов пищи был исключен для женщин, чтобы еще более подчеркнуть отличие мужчин, их более высокий социальный статус.

В Полинезии существовало табу, согласно которому мясо, за исключением птичьего, употреблять женщинам было запрещено. Георг Форстер, спутник Дж. Кука по второму кругосветному путешествию, оставил довольно красочное описание пиршества жителей острова Таити. На обед была подана запеченная в горячих углях свинья.

«Едва свинья была разделана, как самые знатные вожди набросились на еду, глотая целыми пригоршнями кровь и жир. Вообще все наши сотрапезники ели с необычайной жадностью... Единственные из числа зрителей, кто получил немного, были жена и дочь Ореа (главного вождя). Обе тщательно завернули свои порции в листья, чтобы съесть их в уединении»[16].

Кета — основная пища нивхов, обитавших на Сахалине и в низовьях Амура. Ее ловили, разрезали на узкие полоски и сушили впрок. Самыми лакомыми кусочками считались глаза кеты и особенно хрящеватые

носы. Естественно, что эти деликатесы опять же доставались взрослым мужчинам.

У многих народностей женщинам не разрешалось даже есть за одним столом с мужчинами — у полинезийцев, негритянских племен, у жителей Лабрадора. Совместная еда с женой запрещалась древнеиндийскими установлениями. Только во время свадебной церемонии в качестве символа союза мужа и жены супругам разрешалось сидеть за одним обеденным столом.

По свидетельству Н. Н. Миклухо-Маклая, женщины не принимают непосредственного участия в папуасских пиршествах, они едят отдельно. Мужчины, рассказывает путешественник, пировали в лесу. На циновках перед ними лежали куски распластанных свиней. Доступ женщинам на площадку, где пировали мужчины, как и мальчикам до операции «мулум» (обрезание), после которой они считаются уже мужчинами, строго воспрещен [17].

У абхазов был обычай весной устраивать земледельческий обряд с принесением в жертву купленных в складчину животных для повышения плодородия земли. На условленном месте скот забивали, варили и ели мясо, сопровождая пиршество особыми молитвами и заклинаниями. Женщинам не разрешалось присутствовать на этом пиршестве.

Пастушеская народность тода, обитающая на юге Индии, не употребляет в пищу мясо. Только раз в год по особому ритуалу они забивают новорожденного буйволенка, зажигают священный огонь трением палочек и зажаривают мясо буйволенка на углях. Участвуют в этом ритуале только мужчины.

Охотничий промысел не был надежным, поэтому вся сила магии направлялась на то, чтобы запасы пищи не истощались. Не последнюю роль в этих церемониях играли пищевые запреты.

Лопари, принося животное в жертву, не употребляют в пищу его кости, глаза, уши, сердце, легкие, половые органы (если это самец). Сложив все эти части в ящик, они закапывают их в землю, свято веря в то, что духи нарастят снова мясо на костях и возродят животное к жизни.

Характерен и тот факт, что у эскимосов запрещено всякое смешение продуктов сухопутной и морской охоты. Все предметы, связанные с сухопутной и морской охотой, должны быть строго разделены. Например, запрещается есть в один и тот же день тюленье мясо и мясо оленя карибу, запрещается даже хранить их одновременно в жилище. С. А. Токарев полагает, что происхождение этих запретов следует искать в разобщенности самих форм хозяйства, через которые прошел эскимосский народ на разных стадиях своего развития. Сами эскимосы уже не понимают происхождения запретов, но строго соблюдают их [18].

Желание всегда иметь достаточный запас пищи вынуждал первобытных охотников относиться к объектам своего промысла выборочно, щадить, по возможности, беременных самок, детенышей животных, не убивать больше того, что требуется в данный момент. Жадность, неразумное отношение к запасам пищи расценивается на уровне родового сознания как порок. Фольклор народов Севера сохранил на этот счет довольно ясные следы.

У нивхов есть легенда. Когда-то косяки кеты заходили в реки ежегодно и в большом количестве. Кеты шло так много, что люди стали откусывать у рыбин их хрящеватые носы — главное лакомство, а тушку выбрасывать в реку. Тогда рассердился дух Тайхпад и меньше стало рыбы. Только раз в три года появляется она в изобилии.

А вот еще очень любопытная серия сказок и мифов, созданных кетами — небольшой народностью, прожи-

вающей в Красноярском крае. В центре ее Каскет — персонаж, обладающий способностью чудесных превращений. В одном цикле мифов он обеспечивает людей пищей. Сам Каскет ест мало, поэтому, когда он вместе с братом попадает в жилище Бабы Яги, ему удается выбраться на свободу через узкое отверстие, а жадный брат, наевшийся до отказа, не смог этого сделать.

В сказках о Каскете основной является идея правильного отношения к еде, осуждается беззаботность относительно запасов пищи. Подвергается осуждению и Баба Яга за неразборчивость в пище, нарушение моральных норм. Для нее как бы отсутствуют пищевые запреты. Она поедает мясо своих дочерей, убитых Каскетом, пожирает стариков и т. п. Это ее первый грех. А второй проступок кроется в том, что она неправильно решает проблему заготовки пищи впрок — экстенсивно, хищнически, не думая о последствиях [19].

Большая группа пищевых табу связана с остатками тотемистических верований, в основе которых лежит представление о кровнородственных связях человека с миром животных и растений. В роли тотема — покровителя рода — чаще всего выступают какие-либо животные, реже растения и совсем редко — объекты неживой природы.

Отношение к тотему у первобытного человека дуалистично, двойственно. С одной стороны, тотема нельзя убивать, и в то же время периодически, раз в год или по особым торжественным случаям, тотемное животное забивается особым ритуальным образом и устраивается общая трапеза. В обычное же время тотем находится под строгим табу — его не только запрещено убивать, но даже избегают касаться руками.

Медведь — один из самых распространенных тотемных животных у народов, населяющих таежную зону. Вот что пишет по этому поводу Д. Шульц, долгие годы проживший среди индейцев Северной Америки.

«Многие охотники никогда не трогали гризли: медведя считали магическим или священным животным, многие верили, что на самом деле он — человеческое существо... Одни только знахари могли брать шкуру медведя и то лишь полоску для головной повязки или завертывания трубки. Однако всякому разрешалось брать когти медведя на ожерелье и другие украшения. Некоторые индейцы, наиболее склонные к рискованным предприятиям, носили трехрядное или четырехрядное ожерелье из когтей убитых ими медведей, этим ожерельем очень гордились.

...Только редкие женщины и даже редкие мужчины могут благодаря силе своих духов иметь дело с медвежьей шкурой. Если это пытаются сделать остальные, то их постигает большое несчастье — болезнь, даже смерть. Никто из женщин не осмелится выделать эту шкуру» [20].

А вот какое описание «медвежьего праздника» у гиляков острова Сахалин оставил крупнейший русский этнограф Л. Я. Штернберг. Прежде всего замечательно, пишет он, что праздник устраивался в память умершего сородича, являясь как бы тризной по покойнику. Ближайший родственник покойного приобретал за деньги или сам добывал в тайге медвежонка. В селении для него строился специальный сруб из крепких бревен, украшенный по углам священными деревьями. В откармливании медведя участвовал не один хозяин, а весь род. Поочередно чистили сруб, водили пленника на прогулку и т. д.

Откармливание медведя продолжалось несколько лет, пока медвежонок не превращался в крупного упитанного зверя. А затем наступает сам праздник. В селение съезжаются почетные гости — нархи. Им доверяется по особому ритуалу убить зверя, но, что интересно, им же достается и все медвежье мясо. Сами хозяева к медвежатине не прикасаются. Они довольст-

вуются только мясом принесенных в жертву собак да похлебкой из риса с наваром из медвежьей туши. Тайна кроется в том, что нархи — это люди из рода зятя, то есть не кровники хозяевам медведя. Им можно и убить медведя, и есть его мясо. Их как бы не связывает невидимое кровное родство с данным медведем. Налицо — явные тотемистические представления, хотя и в ослабленном виде [21].

По тотемным, скорее всего, соображениям у пигмеев — жителей Центральной Африки наложено табу на употребление в пищу ряда животных. Многие западноафриканские народы и сегодня не едят мясо льва, пантеры, антилопы, цесарки, голубя, змеи. Бечуаны, к примеру, делятся на кланы: крокодила, рыбы, льва. Человек не ест мяса своего тотемного животного и не носит его шкуры, а если он принужден убить, скажем, льва при самозащите, то всегда просит прощения у убитого и совершает обряд очищения после такого святотатства.

Своими корнями уходит в тотемизм и почитание священных животных, получившее особенно широкое распространение в древности в таких странах, как Египет или Индия.

Геродот в своей «Истории» пишет о том, что «чистых» (лишенных особых примет) быков и телят египтяне приносят в жертву повсюду. Напротив, коров приносить в жертву им не дозволено, поскольку они посвящены Исиде.

Сама процедура жертвоприношения осуществлялась египтянами следующим образом. Ободрав тушу быка, они затем вынимали целиком желудок, но внутренности и жир оставляли в туше. Потом отрезались лучшие куски мяса, а саму тушу наполняли хлебом, медом, изюмом, винными ягодами, ладаном и прочими благовониями. Начинив тушу всем этим, они сжигали ее, обильно полив маслом. По завершении этой про-

цедуры устраивалось пиршество из оставшихся (несожженных) частей животного [22].

С тотемизмом же связано и пресловутое деление животных на «чистых» и «нечистых», знакомое нам по Ветхому завету. «Вот скот, который вам можно есть: волы, овцы, козы, олень и серна, и буйвол, и лань, и зубр, и орикс, и камелопард. Всякий скот, у которого раздвоены копыта и на обоих копытах глубокий разрез, и который скот жует жвачку, тот ешьте» [23]. Перечень животных, которые Библия запрещает употреблять в пищу, мы приводили выше.

Сила привычки — консервативная сила. Люди не любят менять свой рацион, сложившийся в течение многих столетий. В Европе, например, собак не едят, а на Дальнем Востоке, на островах Тихого океана, у североамериканских индейцев собачье мясо никогда не вызывало брезгливости. Конина — обычная пища у татар, но у русских в прошлом употреблять конское мясо считалось недопустимым.

Писатель Н. Г. Гарин-Михайловский в очерке «Сочельник в русской деревне» приводит такой эпизод. Нищая русская деревня. Некоторые семьи изголодались совсем. И вот один из крестьян, дабы спасти детей от голодной смерти, решился на неслыханное дело — украл и зарезал лошадь. Соседи, прознав о таком поступке, стали обходить его стороной. Наступил канун рождества — любимый крестьянский праздник. Семья сидит в потемках, не трогая варево из конины, надеется на чудо. И чудо явилось в образе заезжего доброго барина, не поскупившегося на помощь ради большого праздника. Растроганный крестьянин кается в своем грехе.

«Свел я лошадь эту самую, что вот ели... прямо сказать, на отчаяние было пошел, а все так считаю, меньше того грех, что ел ее и свою и детские утробы погадил... Слава тебе, господи, что в этакой-то день сохранил-то

Христос. Чуяло точно сердце... Совсем, совсем надумаюсь, а тут назад опять. «Не ешьте, деточки... Что будет до утра?» В этакий бы день согрешить — пропал бы навеки... Сегодня же я эту окаянную пищу, чтоб и духу ее не было... Людям в глаза не смотрел бы ведь... Тошно, родимый» [24].

Не парадокс ли — украсть чужую лошадь и убить ее русскому крестьянину кажется меньшим злом, чем употреблять в пищу конину, хотя бы и на пороге крайней нужды? Такова сила пищевых запретов.

В этом отношении особенно не повезло свинье. Согласно Дж. Фрэзеру, это животное у многих народов в древности было священным. В Древней Греции свинья была посвящена богине плодородия Деметре. Сохранились исторические данные, свидетельствующие о том, что иудеи, а также египтяне когда-то поклонялись свинье. Но со временем произошла метаморфоза — свинья была причислена к нечистым животным.

Дж. Фрэзер дает блестящее объяснение такой перемене знаков с плюса на минус. Дело в том, что священное животное как родовой тотем не полагалось убивать, даже касаться его. За нарушение этого табу могло следовать наказание — болезнь или смерть. В Египте существовало поверье: кто выпьет молока свиньи — заболеет проказой. В сознании первобытного человека объединились, таким образом, оба понятия — и «священное», и «нечистое». Разделились эти понятия на более поздних ступенях общественного развития. Так свинья оказалась в числе «нечистых» животных, употребление мяса которого для обычных нужд было запрещено. Другое дело — ритуальное заклание и поедание как причащение «телом бога» [25].

У Геродота мы читаем: «Свинью египтяне считают нечистым животным. И если кто-нибудь, проходя мимо, коснется свиньи, то сразу же идет к реке и в

одежде, которая на нем, погружается в воду... Прочим богам, кроме Селены и Диониса, египтяне не приносят в жертву свиней, да и этим богам — только в известное время, а именно в день полнолуния. Затем после жертвоприношения они вкушают свинину» [26].

Мусульмане, как известно, также не едят свинину. Ш. Монтескьё в «Персидских письмах» приводит забавную легенду, призванную объяснить появление «нечистых» животных. А дело было так. Пока Ной странствовал в своем ковчеге, скопилось много нечистот. Свинья все время рылась в этих нечистотах, и в ковчеге поднялась такая вонь, что свинья сама не выдержала и чихнула. Из носа у нее при этом выскочила крыса и принялась грызть что ни попало. Обеспокоенный Ной по совету бога крепко стукнул льва по лбу, отчего лев также чихнул и вычихнул кошку. Так можно ли, спрашивает Мухаммед, этих животных не почитать нечистыми? [27]

Легенда легендой, а презрительное отношение к свинье — животному и сообразительному, и чистоплотному — прочно утвердилось даже у христианских народов. Тот же Георг Форстер — спутник Дж. Кука, отведав при нужде собачьего мяса и найдя его довольно приятным на вкус, похожим на баранину, глубокомысленно рассуждает при этом: «...поистине странно это иудейское предубеждение против собачьего мяса, тогда как мы не задумываясь едим мясо самого грязного из животных — свиньи... Если бы у первых людей, которые стали питаться мясом, имелся выбор, они, конечно, вначале принялись бы не за уродливых свиней» [28].

Мы рассмотрели тотемистическое обоснование деления животных на «чистых» и «нечистых». Но есть и другая версия, согласно которой человек, перейдя к скотоводству, стал считать осквернением для домашних животных одновременное употребление в пищу

мяса диких животных. Вот почему в библейском кодексе разрешается из диких животных употреблять в пищу только тех, что по внешнему облику наиболее близки корове, овце или козе, то есть парнокопытным [29].

Многие пищевые запреты связаны с верой первобытного человека в возможность перехода свойств от одной вещи к другой или от вещи к человеку в результате непосредственного контакта (контагиозная магия) или через подобие действий (имитативная магия). В совокупности обе эти разновидности колдовских приемов Дж. Фрэзер назвал «симпатической магией».

Из закона подобия вытекают пищевые табу типа запрета воинам есть мясо зайца, чтобы не быть трусливым. Индейцы племени сапаро из Эквадора стараются не употреблять в пищу жирное мясо дикой свиньи и тапира, чтобы и самим не стать такими же жирными и тяжеловесными. Некоторые племена индейцев Бразилии также не употребляют в пищу те виды животных, птиц и рыб, которые медленно бегают, летают и плавают, чтобы и самим не стать неповоротливыми. Женщинам не разрешалось поедать сердце хищника, поскольку им храбрость не нужна.

Подобных примеров Дж. Фрэзер в своей книге «Золотая ветвь» приводит великое множество, и все они говорят о том, что первобытный человек, поедая мясо священного животного, был убежден в том, что одновременно перенимает его качества и способности.

У индусов, до их перехода к вегетарианству, различные виды пищи, включая мясо, предназначались для достижения различных целей. Отец кормил ребенка мясом птицы бхарадваджи, если желал для него плавности речи, мясом птицы капинджалы и маслом — если хотел изобилия еды, рыбой — если хотел быстроты, мясом птицы крикаша, смешанным с медом,— если хотел долгой жизни, мясом ати и куропатки —

если хотел священного блеска, маслом и рисом — если хотел великолепия, простоквашей с рисом — если хотел большого ума и всем вместе — если хотел всего этого для ребенка [30].

Следующая группа пищевых запретов определяется табуированием вождя или верховного жреца и всем, что связано с этими высокими сановными особами. Жрецам в Древнем Египте запрещалось, например, есть бобы и рыбу. А диета фараонов, по Диодору, состояла только из двух блюд — телятины и гусятины. У некоторых племен Ассама ни вождь, ни жена его не могут употреблять в пищу мясо буйвола, свиньи, собаки, курицы и даже помидоры.

Большинство этих запретов носят немотивированный характер и с трудом поддаются рациональному объяснению.

Целый пласт пищевых запретов мы обнаруживаем, когда речь идет о крупных, поворотных событиях в жизни человека. Рассмотрим некоторые из них.

Начнем с того момента, когда женщина вынашивает плод. Индусы разработали на этот случай сложный комплекс правил поведения. Беременная женщина не должна принимать пищу в сумерках, садиться на коня, подниматься на верхний этаж. Она должна избегать пищи слишком соленой, кислой, горячей, несвежей или тяжелой [31].

Как видим, пищевые советы (запретами их трудно назвать) в данном случае вполне объяснимы и приемлемы с гигиенической точки зрения. Но вот обращение с роженицами у многих народов, стоящих на низкой ступени развития, выходит за рамки разумного объяснения. Рождение ребенка счталось актом «нечистым», что навлекало на женщину целый ряд суровых ограничений. Удэгейская женщина, например, во время родов уходила в специально построенный для нее шалаш и жила там несколько дней одна, даже

в лютый мороз, имея из одежды два халата — ситцевый и из рыбьей кожи. Никто не смел оказать ей малейшую помощь. Роженица сама разводила костер и стряпала на нем пищу, сама обрезала пуповину.

В первые годы жизни пищевые запреты, как правило, не распространяются на ребенка, но стоит ему перейти в возраст полового созревания как патриархальные традиции дают о себе знать. Жесткие ограничения в пище для подростков приняты у жителей Андаманских островов, причем в продолжение нескольких лет. Очень строгого воздержания требовали от мальчиков индусы, когда для тех наступала пора покидать родительский кров и переселяться в дом учителя. Воздержание могло продолжаться до 12 дней или до года. Ученик в это время не должен был есть соленой пищи, спал он на земле, ему обычно запрещалось употреблять мясо и вино и спать днем [32]. Суровым испытаниям и ограничениям в пище подвергаются подростки у африканских племен.

Всевозможные ограничения ждут и девочек с наступлением у них регул. На острове Мабуйаг в Торресовом проливе девочку с началом у нее месячных заключают на три месяца в темную загородку, она не имеет права касаться пищи руками, ее кормят специально приставленные женщины. Девушке запрещено употреблять в пищу мясо черепахи и черепашьи яйца, но в растительной пище ее не ограничивают.

У индейцев нутка на острове Ванкувер девушке по достижении половой зрелости в течение восьми месяцев не разрешают есть свежую пищу, особенно лососей.

Дж. Фрэзер, приведя ряд таких примеров, дает объяснение им через страх, который испытывал первобытный человек перед менструальной кровью, особенно во время первых регул. Женщина в это время становилась «нечистой», источающей большую опас-

ность для окружающих. Эту мысль подтверждают и поверья некоторых племен Австралии о том, что вся рыба в реке вымрет и вода высохнет, стоит женщине во время месячных съесть рыбу или выкупаться в реке. Индейские девушки и женщины в этом состоянии не должны притрагиваться к добытой на охоте оленине или мясу другого животного. Считалось, что уже одним своим прикосновением женщина оскверняла добычу и, приводя этим животное в ярость, обрекала охотников на неудачу. Ее пищей служила исключительно сушеная рыба.

Аналогичные суеверия известны и в других регионах, причем даже в цивилизованной Европе [33].

Пищевые запреты применяются как средство для скорейшего выздоровления заболевшего или раненого сородича. В Центральной Австралии, пока заживала у подростка рана после обрезания, его мать воздерживалась от употребления в пищу мяса опоссума, ковровой змеи и любого вида жира.

Большой цикл ритуальных обрядов, в которых одно из центральных мест занимает пища, связан с аграрным культом. И это понятно. Хотя земледельческий труд и не таил в себе, по сравнению с охотничьим промыслом, непосредственную опасность для жизни человека, тем не менее его результаты не были предсказуемы и во многом зависели от стихий. Земля могла вознаградить труд пахаря, родить зерно в достатке, но мог случиться и недород, грозивший голодом. Поклонение духам плодородия, как мы увидим ниже, имело самое широкое распространение у всех европейских народов, переданное им как эстафета из глубины веков.

Помимо запретов на определенные виды пищи уже в древности практиковалось в некоторых случаях полное или частичное воздержание от пищи в течение более или менее длительного периода. Посты во мно-

гих случаях, что важно заметить, сопровождались половым воздержанием.

Посты выполняли в первобытном обществе самые различные функции. Прежде всего, они были призваны обеспечить удачный промысел. Так, готовясь к охоте на китов, индейцы-нутка соблюдали недельный пост. Очень мало ели и воздерживались от общения с женщинами. Такой же ритуал начинали соблюдать за восемь дней до выхода в море малагасийские китобои. Перед тем, как поставить ловушку на медведя, индейцы в Британской Колумбии на целый месяц расстаются со своими женами. Сахалинские айны, готовясь к началу рыбной ловли, также соблюдают требования ритуальной чистоты.

Посты являлись и частью аграрного культа. Так, индейцы-пипилы из Центральной Америки за четыре дня до посадки семян в землю воздерживались от общения со своими женами. Индейцы из Никарагуа устанавливали для себя строгое воздержание на период от посева маиса до его жатвы. Строгий семидневный пост был установлен в честь богини маиса у ацтеков в Мексике.

Посты соблюдались как средство очищения после охоты или убийства врага во время войны.

Строгий пост соблюдали девушки во время первых регул. Постились также во время траура, постились и с целью изгнания болезней.

Посты, наконец, использовались знахарями, колдунами, оракулами в Древней Греции с целью облегчить общение с богами, искусственно вызвать галлюцинации.

По наблюдению Э. Тайлора такую же цель преследовали индейские юноши, достигшие возмужалости. Каждый из них должен был определить, какое из животных станет для него личным тотемом, покровителем. Найдя уединенное место, юноша подвергал

себя длительному посту до тех пор, пока у него не начинались видения [34].

Посты могли быть индивидуальными или групповыми, с полным или частичным голоданием, длительными или кратковременными. И, как правило, с соблюдением обета целомудрия. Очищение — вот главный смысл этого обряда уже в самом начале его зарождения.

Посты первобытного человека, несмотря на их изнурительность, все же не переступали в большинстве случаев предел разумности и не угрожали существованию рода. Их проведение осуществлялось сообразно реальным возможностям. Иное дело, когда первобытным народностям стали навязываться христианские требования поста, нередко в нарушение естественного хода вещей.

Такова в общих чертах система пищевых запретов и постов, сложившаяся на заре человечества. Более полное представление об этом можно получить, обратившись к фундаментальным трудам Э. Тайлора, Дж. Фрэзера, Л. Я. Штернберга, С. А. Токарева, современного французского исследователя Леви-Строса и других ученых, специализирующихся в области этнографии и истории религии. Наша задача ограничивалась тем, чтобы проследить генезис религиозных постов, показать первоначальные формы их отправлений, которые позднее в мировых религиях получили самое широкое развитие и, чаще всего, новую интерпретацию. Нельзя, к примеру, понять христианское учение о постах как о «божественном установлении», не заглянув в предысторию вопроса. Дальнейшее изложение проблемы дает наглядное тому подтверждение.

2 Заказ 4970

КАК ПОСТИЛИСЬ В СТАРИНУ



Одна из ключевых особенностей развития общественного сознания состоит в том, что его структуры не только отражают общественное бытие, сложившееся на данном историческом отрезке, но и удерживают в себе так называемые «остаточные» формы отражения, когда объект, их породивший, давно уже не существует в действительности. Социальная память человечества отличается необычайной глубиной — до нескольких десятков тысячелетий. Представления, взгляды, мироощущение, возникшие еще в эпоху палеолита, в опосредованном, а иногда и в прямом виде дожили до наших дней. На примере религии это особенно хорошо заметно.

«...Раз возникнув,— писал Ф. Энгельс,— религия всегда сохраняет известный запас представлений, унаследованный от прежних времен, так как во всех вообще

областях идеологии традиция является великой консервативной силой»[1].

Придя на смену первобытным формам верований, все мировые религии не сумели полностью отрешиться от язычества. Многие его элементы в измененном, трансформированном виде вошли в эти религии, придав им синкретический характер. Христианство здесь не составляет исключения. Скорее наоборот. Своеобразные реликты духовной жизни древнего человека мирно сосуществуют и по сей день с христианскими обрядами, а порой, как это случилось с обрядом причащения мясом жертвенного животного, даже вошли составным компонентом в христианский культ. Таинство евхаристии — вкушение крови и плоти Иисуса Христа под видом вина и хлеба — и есть не что иное, как отголосок канувших в вечность жертвоприношений.

Возьмем еще один пример — посты. Если придерживаться исторической правды, то их истоки восходят не к сорокадневному постничеству Иисуса Христа в Синайской пустыне и даже не к ветхозаветным патриархам, а к гораздо более древним временам, как мы убедились на этнографическом материале, приведенном в первой главе книги. Мировые религии возникли не на пустом месте, им предшествовал длительный период развития мистических представлений и идей, сложившиеся психологические стереотипы, система отработанных до тонкостей ритуалов. Так что ничего удивительного нет в том, что новые формы вероисповедания вобрали в себя элементы старого.

Христианство, буддизм и ислам включают в себя посты как религиозный обряд. Наибольшее развитие они получили в христианстве, особенно в его греко-византийской разновидности. Но и католики отводят им весьма заметное место в системе обрядов и праздников.

Цивилизация начинается с переходом человека к оседлому образу жизни и земледелию. Обработка земли дает людям более гарантированный источник существования по сравнению с охотой и собирательством. Возросший прибавочный продукт способствует развитию меновой торговли со скотоводческими племенами, разделению труда и образованию классового общества. Но земледелие в условиях низкой агрокультуры и примитивных орудий обработки почвы не было застраховано от случайностей. Капризы погоды — засуха или наводнение могли полностью уничтожить труд земледельца и обречь его семью на голод.

Угроза гибели урожая постоянно висела как дамоклов меч над крестьянином и в недавние времена. Даже сегодня, при всех достижениях научно-технического прогресса, сельское хозяйство не застраховано полностью от крупных потерь как следствия природных явлений. Это обстоятельство питало и продолжает питать мистический настрой части населения, чье благополучие целиком зависит от урожая земледельческих культур. В этом, в частности, и кроется главная причина цепкости религиозных суеверий, восходящих к язычеству.

Католическая Европа сохранила до настоящего времени наряду с христианскими обрядами многие обычаи, объединенные культом плодородия — центральной идеей земледельческих народов. Пища — обязательный компонент этих обрядов. Ритуальная еда сопровождает обширный цикл семейных и календарных обрядов и праздников. Сюда входит и вкушение первых плодов нового урожая — первинков, и поминальные трапезы, и обильные угощения в особые, переходные периоды года — в канун Нового года, например,— как символы грядущего изобилия. «Магическая значимость пищи, ее состава была подчинена

выполнению той же основной функции, что и большинство других календарных обычаев, распространенных у народов Европы: обеспечить жизнь человека, усилить плодородие земли и скота, укрепить благополучие семьи»[2].

Рождество — любимый праздник католиков. Ему предшествует длительный пост. Заканчивается он сочельником. В Италии, по традиции, ужин в этот день постный. Зато в рождественский вечер к праздничному столу подается освященный гусь, мучные и сладкие блюда с обязательным добавлением меда и миндаля, которые, по народным верованиям итальянцев, содействуют улучшению плодородия почвы, увеличению поголовья скота, благополучию семьи.

Во Франции также задолго до праздника в деревнях начинают откармливать гусей и индеек, режут свиней, заготавливают кровяные колбасы. Жареный гусь, индейка, кровяная колбаса, запеченные свиные головы — это в прошлом ритуальные, а ныне традиционные блюда.

Такие же обычаи утвердились и на Пиренейском полуострове. В первый день рождества совершается обрядовая трапеза, очень обильная, с сытными мясными блюдами: свинина, копченые колбасы, индейка, ветчина и пр. Как отмечает С. А. Токарев, значение рождественской трапезы двойное. Во-первых, своим обилием она символизирует желание такого же изобилия и такой же сытости на весь предстоящий год. Во-вторых, важен самый состав праздничных блюд: свиное мясо — символ плодородия, яйца — символ зарождения новой жизни и т. д.[3] У западных славян, как и у восточных, распространенным блюдом в сочельник была каша. В Чехии обязательно подавалось блюдо из бобовых — чечевица или фасоль[4].

Ритуальные трапезы сопровождали и другие праздники католиков, связанные с годовым циклом сельско-

хозяйственных работ. Весна в этом отношении — особое время. Не случайно к этому периоду приурочено так много обрядов, начиная с веселых, шумных, языческих по своему содержанию карнавалов, аналогичных русской масленице. Среди карнавальных обрядов есть и очень древние, такие, как зажигание костров, окучивание деревьев, шествия с зажженными факелами, сохранившие отголосок культа огня.

Праздничная еда была обильной и сытной, причем блюдам опять же придавалось магическое значение. Во Франции, к примеру, в дни карнавала ели жирный бульон, свиную лопатку, блины, вафли, оладьи и другие мучные блюда. Обильная трапеза в «жирный вторник» завершала карнавал. Чучело Карнавала вывозили в поле и сжигали. Начинался великий пост [5].

Обязательной ритуальной едой на пасху были яйца. Их варили вкрутую, красили, устраивали с ними игры. Яйца почитались за то, что они символизировали зародыш жизни. Превращение мертвой и косной материи в живую, дышащую тварь всегда поражало воображение людей, казалось им непостижимой тайной, сверхъестественным явлением.

Что касается религиозных постов, то здесь следует отметить то обстоятельство, что римско-католическая церковь давно уже отошла от первоначальной строгости их проведения. Во время поста католикам разрешается употреблять в пищу рыбу, молоко, яйца и масло. Кроме того, от поста освобождаются целые группы лиц по разным признакам [6].

Иным, более строгим было отношение к постам Русской православной церкви с самого начала ее формирования. Православие пришло на Русь в X веке, когда христианство заканчивало первое тысячелетие своего существования. Новая религия встретила мощное сопротивление (явное и скрытое) со стороны язычества.

Автор одного из анонимных поучений, направленных против язычества (конец XIII— начало XIV века), с гневом писал: «Многие из людей, из тех, кого называют невеждами, лишаются награды своей оттого, что в день, нареченный великой субботой, перестают поститься. В ту субботу невежды велят принимать молоко и масло, как это было в иудейском и прежнем законе проклятом. Многие делают это по злоумышлению своему и в святой великий четверг приготавливают для мертвецов мясо, и молоко, и яйца, и баню топят, и на печь льют, и пепел посреди бани сыплют, чтобы след остался, и говорят: «Мойтесь!» И белье вешают, и полотенца для обтирания...»[7]

Языческие суеверия, в том числе культ предков, продержались многие столетия. Еще в XIX столетии «кормление мертвецов», приготовление для них ритуальной трапезы имели широкое распространение среди славян и обращенных в православие нерусских народностей. У белорусов, к примеру, праздник «дзядов» был одним из основных в системе их обрядности. В день поминовения умерших зажигались в избах свечи, отпирались окна и двери, чтобы души почивших могли войти. После молитвы семья садилась за стол, начиналась ритуальная трапеза. Блюд на этом вечере у бедных подавалось до семи, у богатых — до одиннадцати и больше, но обязательно нечетное число. Во время трапезы из каждого блюда откладывали понемножку на угол стола — угощение для умерших предков. Эта пища оставалась на скатерти нетронутой до самого утра.

Язычество славян в основе своей представляет типичный аграрный культ со всей его атрибутикой. Хозяйственный уклад земледельца был полностью зависим от природы, строился в соответствии со сменой времен года. Древний земледельческий календарь, ориентированный на зимний и летний солнце-

вороты, весеннее и осеннее равноденствие, регламентировал жизнь крестьянина, вносил в его трудовую деятельность элемент строгой повторяемости.

К поворотным пунктам в годовом земледельческом круге приурочивались и все многочисленные обряды, лейтмотивом которых являлся культ плодородия, заклинание духов природы во имя будущего урожая и приплода скота. Ритуальная еда в этих языческих по существу и лишь слегка сдобренных христианской атрибутикой обрядах занимала существенное место.

С началом весны, на сорок севастийских мучеников (9 марта по старому стилю), хозяйки выпекали из теста «жаворонков». Крестьянские дети залезали с ними на крышу гумен, риг, сараев и выкрикивали «веснянки», зазывали весну. Потом «жаворонков» съедали, а одного оставляли в саду. В этой детской игре отразились древние магические действия, призванные воздействовать на ход естественно-природных процессов.

Троицын день (семик) — любимый праздник молодежи. В Костромской губернии на семик происходило кумление. Молодежь отправлялась в лес, хозяйки пекли козули — ритуальные лепешки для кумления. «Когда все перекумятся, начинают веселиться, плясать, петь песни, а две или три бабы жарят «яичницу», заставляя детей собирать хворост. «Яичница» подавалась холодной и представляла собой густую, застывшую массу, сваренную из крутых яиц; ели ее руками, отламывая куски»[8].

Яичница как символ солнца — обязательное ритуальное блюдо и у других славянских народов. То же самое следует сказать и о блинах. Они тоже часть солярного культа. Не случайно именно на масленицу — подготовка к встрече весны — их пекли особенно много.

Реликты языческого культа переплелись с пищевыми запретами, принятыми в христианских постах, что

привело к делению пищи на разные виды: будничную и праздничную, постную и скоромную, пищу для насыщения и используемую в ритуальных целях.

Чем же питался русский народ? Какие блюда составляли основу его рациона? Это зависело от ряда факторов: от социально-классовой принадлежности, от материального достатка, от времени года, от местных традиций, наконец. Кроме того, структура питания не оставалась неизменной на протяжении веков. Какие-то виды продуктов уходили в прошлое, из обычных перемещались в разряд деликатесов, а другие появлялись в связи с расширением торговли или развитием сельского хозяйства.

Возьмем господствующий класс общества, его привилегированную часть, потребление которой не ограничивалось какими-либо финансовыми рамками. Здесь мы прибегнем к помощи А. К. Толстого — прекрасного знатока русской истории, быта русского народа. В своем романе «Князь Серебряный», в главе под названием «Пир», он дает красочное описание трапезы государя Иоанна Васильевича с приближенными.

Идет подготовка к пиршеству. На столах в это время, кроме солонок, перечниц и уксусниц, нет никакой посуды, а из яств поставлены блюда холодного мяса на постном масле, соленые огурцы, сливы и кислое молоко в деревянных чашах. Но вот слуги в бархатных кафтанах поклонились царю и отправились за кушаньем. Вскоре они возвратились, неся сотни две жареных лебедей на золотых блюдах. Этим начался обед.

Когда съели лебедей, слуги вышли из палаты и возвратились с тремя сотнями жареных павлинов. За павлинами следовали кулебяки, курники, пироги с мясом и с сыром, блины всех возможных родов, кривые пирожки и оладьи. Пока гости ели, слуги разносили ковши и кубки с медами и винами заморскими.

Думаете, на этом обед и закончился? Ничего подоб-

ного. На столы стали разносить разные студни, потом журавлей с пряным зельем, рассольных петухов с имбирем, бескостных куриц и уток с огурцами. Потом принесли разные похлебки и трех сортов уху. За ухою подали рябчиков со сливами, гусей с пшеном и тетерок с шафраном.

И это еще не все. Гостям предстояло одолеть почки, карасей и баранину. Хороши и вкусны были также зайцы в лапше, и гости как ни нагрузились, но не пропустили ни перепелов с чесночною подливкой, ни жаворонков с луком и шафраном. А венчали эти бесчисленные перемены блюд громадных размеров искусно приготовленные осетры и севрюги, живыми доставленные в Москву с окраин государства. Само собой, в конце пиршества были поданы кондитерские изделия [9].

Возможно, вся масса различных яств и не подавалась одновременно к столу, даже к царскому, по крайней мере в будние дни, но нам интересен сам перечень этих разносолов. При всем их богатстве нельзя не заметить их простоты. На пирах ели главным образом жаркое из дичи, благо ее хватало, пироги с начинкой да рыбу красную. Любили и уху знатную, монастырскую.

Чем кормилась челядь, многочисленная прислуга в боярском доме, мы узнаем из «Домостроя». Это хлеб решетной, щи да каша с ветчиной жидкая, а иногда и крутая с салом, и мясо, если будет, к обеду, в воскресенье и в праздники иногда пироги, иногда и кисель, блины; на ужин щи да молоко или каша, а в постные дни щи да жидкая каша, иногда с вареньем, когда печеная репа, да в ужин капустные щи, толокно, а то и рассольник или ботвинья, по воскресеньям да праздникам к обеду какие-нибудь пироги, или густые каши, или овощи, или селедочная каша. На ужин капуста, рассольник, ботвинья, толокно [10].

Это средневековье. Окно в Европу еще не прорублено. Стиль жизни резко меняется в XVIII веке. Все исконно русское, начиная с одежды, обуви и кончая манерами поведения в аристократических кругах, постепенно уходит, теснимое европейским образом жизни. Это коснулось и питания. Здесь законодателями моды стали французы с их изысканной, утонченной кухней. Тогда и появились непривычные для русского желудка супы жульены, утки, начиненные трюфелями, устрицы и прочие заграничные кушанья.

В домах состоятельных буржуа (XIX век) дневной рацион строился таким образом. В 9 утра обычно пили чай с булкой, маслом, колбасой, молоко для детей. В 12 часов полдник, к нему — колбаса, сыр, калачи, свежие лепешки со сметаной и т. д. В 15 часов — обед из трех блюд. На первое подавали щи, суп, рассольник и т. п., на второе — жареную утку, гуся или индейку, осетрину под соусом, на третье — кисель, компот, молоко. В 18 часов — снова чай с булкой, вареньем, кондитерскими изделиями. На ужин, в 21 час, ели котлеты с картофелем или макаронами. В посты употребляли много рыбы — свежей и соленой, закупали ее впрок [11].

Многие купцы, будучи «плебейского» происхождения, сохранили свои привычки и выбившись благодаря своему состоянию в число именитых граждан. В Нижнем Новгороде в прошлом веке не было, видимо, человека богаче, чем знаменитый купец и пароходчик Бугров. Ворочал миллионами, а жил скромно, пищу любил простую — щи да кашу, а в постные дни — горох да грибы.

Заволжские купцы тоже особыми разносолами себя не тешили. Даже на праздничный стол подавались все те же блюда: студень с хреном, солонина, лапша со свининой, пироги с говядиной, баранина с кашей. Обильно, но однообразно и без затей питались за-

частую сельские помещики. Как тут не вспомнить угощение, выставленное П. И. Чичикову в хлебосольном доме любящего покушать владельца живых и мертвых душ Собакевича,— знаменитую «няню» или бараний бок с кашей. Что и говорить, при такой-то перегрузке, да еще ежедневной, можно и попоститься, пересесть временно с мясного на рыбный стол. Только на пользу пойдет такое воздержание.

Куда скуднее был рацион представителей мещанского сословия — обитателей городских предместий да доходных домов. «Хотя в те времена,— пишет Л. Ф. Пантелеев,— реки кишели рыбою, а в лесах проходу не было от дичи, однако обывательская еда не отличалась ни особенным разнообразием, ни обилием. Был бы в доме хлеб да соль и еще непременно квас, а что в придачу к ним поставит хозяйка на стол — этим обыватель особенно не интересовался; на еду он смотрел как на самое последнее дело в домашнем обиходе; к тому же брюхо не стекло, рассуждал обыватель, не видно, чем набито. В течение недели даже в достаточных домах щи и каша с маслом или молоком составляли неизменное меню; но по воскресеньям без пирога, хотя бы из первача, притом обязательно с какою-нибудь начинкой, вроде гречневой каши или картофеля, никто не находил возможным обойтись. В особенно же исключительных случаях, например в большие праздники или именины, пеклись пироги с сладкою начинкой»[12].

Л. Ф. Пантелеев описывает жизнь вологодских обывателей середины XIX века. А если взять Нижний Новгород, где сильны были старообрядческие влияния, то там многие из обывателей не употребляли в пищу ни картофеля, ни сахара, не пили ни чаю, ни кофе. Картофель называли не иначе как «чертова похоть — поганая трава».

В постные дни мещанин перебивался дешевой ры-

бой (сушеные снетки, селедка), капустой, горохом, огурцами, репой. Варили капустные щи, похлебку с грибами, каши на постном масле.

Роскошь господствующих классов дореволюционной России сочеталась с бедностью, а зачастую и с неприкрытой нищетой ее основного населения — крестьянства. Если на верхних этажах общества посты отнюдь не воспринимались как тяжкий крест, ими нередко манкировали, то картина разительно меняется, когда мы спускаемся на нижние ступени социальной лестницы.

Основа основ крестьянской пищи — это хлеб. Отношение к нему в деревне было прямо-таки благоговейное. Поев, крестьянин даже крошки не сбрасывал на пол, а, собрав их аккуратно в горсть, отправлял в рот. Сколько пословиц о хлебе сложено! «Хлеба край, так и под елью рай, а хлеба ни куска, так и в тереме тоска». Или: «Хлеб да вода — крестьянская еда», «Рыба — вода, ягода — трава, а хлеб — всему голова».

А. Н. Энгельгардт — большой знаток русской крестьянской жизни — пишет о том, что крестьяне, работавшие у него по найму, делили пищу на прочную и легкую. Жить, говорили они, можно и на легкой пище — на грибах, молоке или овощах, а для тяжелой работы нужна прочная пища. Основу такой пищи составляет хорошо выпеченный ржаной хлеб, а к хлебу щи с жирной солониной и гречневая каша с топленым маслом или салом.

В постные дни солонина в щах заменяется снетком, который кладется только для вкуса, или горячие щи заменяются холодными, то есть кислой капустой с квасом, луком и постным маслом. Коровье масло или сало в каше заменялось постным маслом [13].

Такая прочная пища, естественно, перепадала крестьянам не всегда, а лишь в случае удачного найма на работу. Обычно же мясо очень редко попадало в

крестьянские щи, только по праздникам, да и то не в каждом доме.

Чаще всего крестьяне ели так называемый «пушной» хлеб — из неотвеянной ржи, перемолотой вместе с мякиной. А щи хлебали пустые. Брали серую капусту, не очищенную от верхних листьев, и варили ее в горшке без всяких приправ. Нередко даже и без соли. Хорошо, если есть корова. Тогда щи забеливали слегка молоком.

В постные дни крестьяне переходили на гороховый кисель, репу пареную. Из ржаных сухарей делали тюрю — с добавлением лука, соли, воды и заправленную постным маслом. Вместо воды использовали также квас, добавляли соленых груздей или рыжиков. Из сушеных грибов варили похлебку.

В северных губерниях, особенно в Поморье, рожь вытесняется ячменем, более холодостойкой культурой. Там и ржаной хлеб сходил за ситный, подавался на стол по праздникам. Основной же пищей поморов была пшенная каша и рыба, чаще всего треска. Из нее варили уху, добавляя морской воды. Треской же, за неимением мяса, и разговлялись в бедных семья, только облив ее на сковородке яйцом да скоромным маслом.

Приведенную социальную градацию в питании нельзя рассматривать как абсолютную. Были и отклонения в ту или иную сторону. Разбогатевший крестьянин мог столоваться и посытнее, чем иной захудалый помещик, а «выбившийся в люди» мещанин стремился копировать манеры и привычки высшего света. Мещан во дворянстве — подобных мольеровскому Журдену — хватало и на нашей отечественной почве.

Мощным регулятором потребления, а одновременно и его зеркалом выступали религиозные посты. Церковь запрещала употреблять в постные дни продукты животного происхождения — мясо, молоко, масло, сыр, яйца. Были дни, когда под запрет попадала и рыба.

Посты в Русской православной церкви делятся на четыре категории в зависимости от их строгости: строжайший пост, сухоядение, ядение сварения и ядение рыбы.

По продолжительности посты делятся на однодневные и многодневные. К однодневным постам относятся среды и пятницы (кроме шести так называемых сплошных недель в году). Пост в среду установлен потому, что, согласно евангельскому рассказу, Иуда в этот день согласился предать Иисуса Христа, а пятница — в память о крестных муках и смерти сына божия. Церковь разрешает не поститься по средам и пятницам в пасхальную неделю, в неделю троицы, на святках, в неделю мытаря и фарисея, в сырную неделю (масленица).

Из однодневных постов в церковном месяцеслове значатся еще три: в день воздвижения честного и животворящего креста господня, в день усекновения главы Иоанна Крестителя и накануне праздника крещения господня. На Ивана постного ничего круглого не ели и даже щей не варили, ибо кочан напоминает голову. В этот день не рубили капусту, не собирали мак, не рвали яблок и не брали в руки режущих или колющих орудий.

Многодневных постов четыре: великий пост, петров (апостольский) пост, успенский пост и рождественский (филиппов).

Общее число постных дней в году колеблется, поскольку петров пост бывает разной продолжительности. Всего постных дней насчитывается около двухсот, точнее, от 178 до 199. Русская православная церковь в этом отношении значительно превзошла католицизм — крупнейшее направление христианской религии. Послы и путешественники, прибывшие из Западной Европы в Московское государство, всегда удивлялись этому обстоятельству.

Рассмотрим подробнее многодневные посты, начиная с рождественского *.

Рождественский (филиппов) пост начинается 15 ноября, на другой день после дня святого Филиппа, почему и носит двойное название, и продолжается 40 дней, вплоть до рождества Христова, то есть до 25 декабря. По строгости он уступает великому и успенскому постам. Церковный устав предписывал в понедельник, среду и пятницу сухоядение, то есть не разрешалась вареная пища, причем есть можно было только один раз в день. Во вторник и четверг разрешались вино и елей. В субботу и воскресенье назначалась самая легкая степень поста — разрешалось есть рыбу. Строгость поста возрастала, начиная с 20 декабря, что соответствовало как бы страстной неделе. В эти дни запрещалась всякая рыба, даже в субботу и воскресенье.

Последний день рождественского поста, 24 декабря, в народе называют сочельником, от слова «сочиво», то есть каша с медом (кутья), которую положено было есть по уставу в этот день. Пищу принимали в сочельник не раньше, чем появится на востоке первая звезда, названная рождественской, в честь появления на свет Иисуса Христа.

Сама еда обставлялась в сочельник целым рядом символических обрядов. В избу приносили охапку соломы и застилали ею передний угол и прилавок. Под образами ставили необмолоченный сноп ржи и кутью. Хозяин выдергивал из снопа соломинки и по ним гадал, каков будет урожай в будущем году — высоко ли поднимется рожь.

Аналогичные обряды мы встречаем и у других славянских народов. Поляки, чехи, словаки к рождественскому сочельнику вносили в избу снопы разных злаков, столы застилали соломой, а поверх нее — ска-

* Все даты здесь и далее берутся по старому стилю.

тертью. Поляки строго следили за тем, чтобы за столом оказалось четное число людей, так как нечетное предвещало смерть одному из присутствующих. Одно место оставляли свободным. Количество блюд на ужине должно быть нечетным.

Повсюду у западных славян, как и у восточных, распространенным блюдом была каша с медом или маком — кутья. Так же загадывали о будущем урожае, выдергивая соломины со стола [14].

У германских и романских народов мы вновь обнаруживаем очень схожие элементы празднования сочельника. У австрийцев, например, в этот день для обрядовой трапезы готовилась каша на молоке с медом. Ей приписывались магические свойства. Кто эту кашу съест, тот станет смелым и умным. Обязательным элементом трапезы у австрийцев были также горох, бобы, мак, орехи, символизирующие множественность, изобилие. Почти все они входили в число поминальных блюд, как и кутья [15].

О чем говорят эти совпадения? Они конечно же не случайны. Рождество совпадает с днем зимнего солнцестояния. Солнце начинает поворачивать на лето, предвещая новый цикл земледельческих работ. До лета еще далеко, но земледелец уже заранее начинал гадать, каким оно будет, и пытался воздействовать магическим образом на будущий урожай. Отсюда и сноп необмолоченной ржи, знаменующий пробуждение животворных сил природы, и многочисленные злаки как символ плодородия. Словаки и чехи, к примеру, ложками бросали горох к потолку и в углы, приговаривая, чтобы выросли сто копен гороха, сто копен пшеницы, сто копен ржи. И обильная еда в рождественский вечер, с непременным жареным гусем, не ради простого насыщения затевалась, а с целью повлиять на будущее изобилие.

Кутья также имела символическое значение. Она

употребляется не только в сочельник, но и на похоронах и даже на родинах и крестинах. Кутья в сочельник свидетельствует о том, что с рождеством связано поминовение умерших, культ предков.

С первого дня рождества начинаются святки — большой и шумный праздник. Тут и колядование, и гадания, и посиделки молодежные, и хождение ряженых. Святки продолжались до крещения.

На Васильев вечер, или под Новый год, опять варилась кутья. Хозяев же обсыпали зерном в интересах будущего урожая.

Накануне крещенского сочельника святки заканчивались. Во второй сочельник — навечерие богоявления варилась третья кутья. Рождественская кутья называлась постной, новогодняя — голодной, а крещенская — богатой [16].

За святками шли свадебные недели, когда игрались крестьянские свадьбы. Одна из этих недель называлась сплошная или всеядная, на которой каждый день можно есть скоромное, за ней следовала неделя пестрая, у которой один день постный, другой скоромный. А за пестрой неделей шла честная широкая масленица [17].

Масленица — весенний земледельческий праздник, уходящий корнями в языческое прошлое народа. Как ни воевала церковь с этим праздником, но победить его до конца так и не смогла — только урезала до одной недели да сроки сдвинула ближе к зиме в связи с пасхой и великим постом.

То, что масленица праздновалась в честь пробуждения земли от зимней спячки, в честь солнца, лучи которого с каждым днем становились все ярче, говорят и обряды масленичные — скатывание с гор старых тележных колес, обмазанных дегтем и обмотанных соломой, чтоб лучше горели (символ солнца). Катание на санках тоже не простая забава, а магическое действие. Чем дальше прокатишься, тем выше хлеба поднимутся.

И качание на качелях преследовало ту же цель — воздействовать на будущий урожай. И соломенное чучело масленицы, которое отвозили в поле и там сжигали, призвано было придать земле плодородную силу [18].

Пища на масленой неделе также носила ритуальный характер. В огромных количествах пекли всевозможные блины. Их ели и утром, и днем, и вечером. Наедались блинами, как говорится, до отвала. Не зря и пословицу сложили: «Есть до икоты, пить до перхоты, петь до надсады, плясать до упаду». С таким же усердием предавались обжорству во время карнавалов в западных странах, что опять же говорит об использовании имитативной магии — подобное вызвать подобным. Чем изобильнее будет еда на весеннем крестьянском празднике, тем изобильнее и урожай.

В эти дни поминали покойных предков, «кормили» их, оставляли им на ночь еду на столе.

Каждый день сырной недели получил свое название: понедельник — встреча, вторник — заигрыши, среда — лакомка, четверг — разгул, пятница — тещины вечерки, суббота — золовкины посиделки, воскресенье — проводы, прощеный день.

Церковь добилась, чтобы на масленице мяса не употребляли, свадеб не играли. Сырная седмица рассматривалась ею как начало или преддверие великого поста, как время приготовления к подвигу поста.

Каждый из четырех многодневных постов предшествует крупному христианскому празднику, но поскольку великий пост предваряет центральный праздник верующих — пасху, то и значение ему придается церковью исключительное.

Великий пост состоит из собственно сорокадневного поста (четыредесятница) и поста страстной недели. А подготовка к нему начинается задолго, вскоре после

праздника богоявления. Великий пост предваряют четыре особые недели, или седмицы.

Первая неделя — о мытаре и фарисее. Церковь призывает верующих к покаянию и смирению, к избавлению от гордыни как главного источника грехов. Ограничений на пищу на этой неделе не вводится.

Вторая неделя посвящена евангельской притче о блудном сыне. Здесь усиливается мотив покаяния. Грешникам, отступникам от церкви дается надежда на возврат в ее лоно, как блудному сыну в отчий дом.

Третья неделя — мясопустная. Она называется также неделей страшного суда, так как о нем читается во время литургии. Верующим напоминают об ожидающем их последнем суде живых и мертвых, дабы жили они в страхе божьем и помнили о грядущем наказании за грехи и беззакония. В течение семи дней церковным уставом еще разрешается употреблять в пищу мясо.

Мясо запрещено верующим в последнюю подготовительную неделю, известную в народе как масленичная, или сыропустная. На протяжении семи дней, предваряющих великий пост, употребляется сырная пища: молоко, сыр, масло, яйца. В проповедях и песнопениях церковных в эти дни верующим напоминается о необходимости воздержания, о том, что близится час покаяния. Заканчивается масленица, как мы уже говорили, прощеным воскресеньем. В этот день верующие испрашивают друг у друга прощения за взаимные обиды.

Первая седмица великого поста отличается особой строгостью. Население в течение этой недели питалось хлебом, луком и квасом.

На протяжении семи недель церковь нагнетает особое, молитвенное состояние верующих, призывает их говеть, исповедоваться и принимать причастие. Напряжение достигает кульминации в страстную неделю. И

разряжается самой пышной и торжественной церковной службой с выносом плащаницы, крестным ходом, колокольным звоном.

Праздничный стол на пасху все стремились сделать побогаче, в зависимости от достатка, разумеется. В светлое воскресение готовили жаркое, пекли куличи и носили их святить в церковь. Варили и красили яйца. В семьях победней бывало и разговляться нечем. Последнее закладывали в долг, старались хоть как-то скрасить конец долгого изнурительного поста.

В первый день пасхи принято было, да и сейчас этот обычай еще не исчез, всей семьей посещать кладбище, чтобы почтить умерших. На могилах рассыпали пшено, разбивали яйца, пили, закусывали, лили водку на могильные холмики.

Через неделю после троицы начинается апостольский, или петров, пост, установленный перед праздником апостолов Петра и Павла. Продолжительность этого поста зависит от даты празднования пасхи и колеблется от 8 до 42 дней. Во время этого поста предписывалось еженедельно по понедельникам, средам и пятницам воздерживаться от рыбы, вина и елея, а в девятый час после вечерни — сухоядение.

Петровки — трудный пост. В самый разгар тяжелых крестьянских работ — сенокосных, земляных — запрет на скоромное. Да и мясо в это время еще не поспело, овцы да бычки еще только нагуливают его на пастбищах. И овощи огородные не успели вызреть. Куры зато хорошо несутся и молоко есть, да нельзя и притронуться к ним целых шесть недель. Перебивались на квасе с луком, толокне да неизменной тюре. Ловили рыбешку там, где она есть, подростки ходили в лес собирать первые ягоды и грибы.

Последний из многодневных постов — успенский. Продолжался он с 1 по 14 августа. Строгостью правил успенский пост превосходит и петровки, и филипповки,

но уступает четыредесятнице. В понедельник, среду и пятницу церковный устав предписывал во время успенского поста сухоядение, во вторник и четверг — вареную пищу, но без масла, по субботам и воскресеньям разрешено было вино и масло.

Таковы посты Русской православной церкви, соблюдать которые обязан был каждый гражданин Российской империи православного вероисповедания. Но все ли соблюдали церковный устав? И в какой степени?

Исторические факты свидетельствуют о том, что в высших кругах общества, включая не только светских, но и духовных князей, в состоятельных семьях среднего сословия ревностное отношение к постам было редкостью. Достаток позволял и в постные дни устраивать роскошный стол. Адам Олеарий, посетивший Московию в XVII веке, приводит сообщение о том, что однажды в постный день гостям было подано с царского стола сорок блюд, приготовленных из рыбы, овощей и всевозможное печенье. «Так что ради них можно забыть и мясо»,— справедливо замечает путешественник [19].

Известный русский писатель И. С. Шмелев — выходец из замоскворецкого купечества — убедительно показывает в автобиографической книге «Лето господне», что и великий пост не страшен, если стол ломится от разносолов. «Я даю себе слово не скоромиться во весь пост. Зачем скоромное, которое губит душу, если и без того все вкусно? Будут варить компот, делать картофельные котлеты с черносливом и шепталой, горох, маковый хлеб с красивыми завитушками из сахарного мака, розовые баранки, «кресты» на Крестопоклонной... мороженая клюква с сахаром, заливные орехи, засахаренный миндаль, горох моченый, бублики и сайки, изюм кувшинный, пастила рябиновая, постный сахар — лимонный, малиновый, с апельсинчиками внутри, халва... А жареная гречневая каша с лу-

ком, да запить кваском! А постные пирожки с груздями, а гречневые блины с луком по субботам... а кутья с мармеладом в первую субботу, какое-то «коливо»! А миндальное молоко с белым киселем, а киселек клюквенный с ванилью, а... великая кулебяка на Благовещение, с вязигой, с осетринкой! А калья, необыкновенная калья, с кусочками голубой икры, с маринованными огурчиками... а моченые яблоки по воскресеньям, а талая, сладкая-сладкая «рязань»... а «грешники» с конопляным маслом, с хрустящей корочкой, с теплою пустотой внутри!» [20]

При таком изобилии нетрудно держать посты. Красная рыба, икра, гречневые блины с лихвой заменят мясо. Куда труднее даются посты, если семейный бюджет не позволяет заменить скоромное на деликатесы. И посты в таких семьях отличались большей строгостью. Разумеется, надо делать поправку и на богомольность хозяев. Так, известный художник-иллюстратор Н. Кузьмин пишет в своих воспоминаниях: «Я тоже рос в богомольной семье, где строго соблюдались все постные дни и съесть в среду или пятницу яйцо считалось большим грехом, где полагалось по субботам ходить ко всенощной, а по воскресеньям — к ранней обедне, где ежегодно в великий пост все говели, исповедовались и причащались святых тайн, где ежедневно по утрам и вечерам каждый шептал перед образами утренние и вечерние молитвы...

Возвращаясь по ночам домой, я находил на столе стакан молока и кусок булки, оставленные мамой, и съедал их с жадностью, так как был голоден. По постным дням, в среду и пятницу, вместо молока мне оставлялась пара яблок или кусок арбуза с ломтем хлеба. А с 1 августа начался двухнедельный успенский пост, и скоромная пища с нашего стола совсем исчезла, и даже яблочные пироги пеклись на постном масле» [21].

В принудительном порядке заставляли держать посты в некоторых закрытых учебных заведениях, в частности в Смольном институте, основной контингент которого составляли девочки-подростки из небогатых дворянских семей. В мемуарах Е. Н. Водовозовой приводятся прямо-таки потрясающие картины спартанского образа жизни юных воспитанниц.

Кормили плохо, пишет Е. Н. Водовозова, а посты «окончательно изводили нас: миниатюрные порции, получаемые нами тогда, были еще менее питательны. Завтрак в посту обыкновенно состоял из шести маленьких картофелин (или из трех средней величины) с постным маслом, а на второе давали размазню с тем же маслом или габер-суп. В обед — суп с крупой, второе — отварная рыба, называемая у нас «мертвечиной», или три-четыре поджаренных корюшки, а на третье — крошечный постный пирожок с брусничным вареньем».

Институт стремился сделать из своих питомиц великих постниц. Их заставляли держать не только все многодневные посты, но и среды и пятницы. В это время, пишет Водовозова, воспитанницы чувствовали такой адский голод, что ложились спать со слезами, долго стонали и плакали в постелях, не будучи в состоянии уснуть от холода и мучительного голода. Этот голод в великом посту однажды довел до того, что более половины институток оказались в лазарете [22].

Как относились к постам крестьяне? Если верить С. В. Максимову, русский народ не только соблюдал посты во всей строгости церковного устава, но и шел в этом отношении значительно дальше, устанавливал сплошь и рядом свои постные дни, не известные церкви. Почти в каждом селе или деревне находились старики и старухи, которые помимо сред и пятниц еще и понедельничали, то есть постились по понедельникам. Некоторые доходили до того, что за несколько

лет до смерти совсем переставали есть скоромное, не ели яблок, картофеля, не пили чай с сахаром и т. п. Даже материнское молоко считалось греховным, и в крестьянских избах, по словам Максимова, «стон стоял от ребячьего крика, так как во время строгих постов грудных детей кормили постной пищей, приказывая матерям не давать им груди». Дети, отлученные от груди, соблюдали посты наравне со взрослыми, что вело к большой детской смертности [23].

С. В. Максимов объясняет эти крайности в соблюдении постов особым духовным настроем русского крестьянина, его благочестием. По его словам, «крестьяне и крестьянки, особенно из числа пожилых, радеющих о спасении души, скорее решатся умереть, чем «опоганить душу» скоромной пищей» [24].

На наш взгляд, автор идеализирует ситуацию. Держать строгие посты крестьян заставляли не столько благочестивые размышления, сколько суровая необходимость. Вечная жизнь впроголодь заставляла их приучать детей едва ли не с пеленок обходиться минимумом пищи, а стариков и старух отказываться от лучшего куска в пользу молодых работников.

Эту мысль можно подтвердить ссылкой на А. Н. Энгельгардта, знавшего деревенскую жизнь не понаслышке. «Конечно,— писал он,— и говорить нечего, если бы было достаточно мяса, сала, молока (то есть творогу), то и в деревне летом никто постов не держал бы. В нынешнем году у меня летом не хватило постного масла, масло было дорого, да и достать его негде, между тем свиного сала было достаточно, я предложил рабочим есть скоромное. Все ели, за исключением одного очень богомольного» [25].

И далее Энгельгардт приводит данные о необычайной дешевизне мяса в деревне. Пуд говядины доходил до 80 и даже 50 копеек. Только великая нужда заставляла крестьян забивать скот и продавать мясо

по бросовым ценам. Надо было платить подати и покупать хлеб, а он стоил дороже мяса — не менее 1 рубля за пуд шла ржаная мука.

При таком раскладе не удивляет та строгость, с которой крестьяне, особенно пожилые, держат посты. Истинное отношение простого народа к постам хорошо видно по пословицам. Приведем для иллюстрации некоторые из них: «Пост не мост, можно и объехать», «Сегодня пост да завтра пост, а там, глядишь, и снесли на погост», «Не кончатся посты, коли закрома пусты» и т. п.

Соблюдать посты было предписано не только церковью, но и государством. И все же многие постов не держали. В 1720 году был сделан запрос по Шлиссельбургскому уезду о том, как прошел великий пост. И вот результат. В городе Шлиссельбурге на 70 постившихся прихожан пришлось 632 непостившихся. В селе Рождественском на 39 постившихся 46 непостившихся. В селе Успенском на 135 постившихся 129 непостившихся и т. д. [26]

Нам осталось затронуть еще один, довольно пикантный аспект христианских постов. Церковная традиция, сложившаяся в древности, требовала от верующего в дни пощения не только сурового ограничения в пище, но и подавления некоторых других естественных проявлений человеческой природы. Всякое веселье и проявление жизнерадостности осуждалось, музыка и пение на время постов замолкали, танцы прекращались. Зрелищные учреждения закрывали свои двери. Церковные службы на время строгих постов также изменяли свое звучание, создавая у верующих особый покаянный настрой.

Свадьбы во время постов не игрались, но не столько потому, что это веселое торжество связано с пением и плясками, сколько по той причине, что посты включали в себя и половое воздержание. В городе, разумеется,

не уследишь за каждым, а вот деревенская жизнь — и общественная, и личная — вся как на ладони.

Г. И. Успенский в очерках «Власть земли» приводит курьезный случай, когда крестьяне, как говорится, приперли к стенке священника и матушку его, разрешившуюся бременем, вычислив по календарю, что пастырь их «совершил грех» великим постом, да еще в страстную неделю [27].

Такова сила общественного мнения. Таковы моральные традиции — пусть противоразумные по своей сущности, но зато устоявшиеся, освященные веками. В религии, какой стороны ни коснись, всюду натыкаешься на стереотипы и нравственные установки, сложившиеся в далекие от нас времена, в социально-исторических условиях, абсолютно не адекватных нынешним. Но в том-то и парадокс, что консерватизм — эту явную слабость любой системы ценностей и идеологических воззрений — церковь сумела обратить в свою силу.

Наш разговор о постах будет неполным, если мы обойдем вниманием монастыри и монастырскую жизнь, поскольку именно они выдавались за оплот благочестия, пример воздержания и образец устройства человеческого общежития.

Монастырей на Руси было много — до двух тысяч насчитывалось их при царе Алексее Михайловиче, прозванном «Тишайшим». Петр I заметно сократил их численность, но тем не менее к моменту Октябрьской революции в стране функционировало 1025 монастырей — мужских и женских. Не только губернские, но и многие уездные города имели свои монастыри, да еще и не по одному. Немало их располагалось в местах уединенных, где-нибудь на островах или в лесу на берегах живописной речки.

Не будем говорить об истории монастырей, их оборонной и культурной роли в жизни государства —

это увело бы нас от темы, но подчеркнем следующее обстоятельство. Где бы ни находился монастырь, он, как правило, становился своеобразным центром духовного притяжения. Особенно это относится к православным монастырям. Через такие обители за год проходили десятки тысяч паломников и далеко разносили с собой весть о чудотворной силе мощей местного святого или о благочестивой жизни монастырских насельников.

Всеобщей популярностью в народе пользовались знаменитые лавры: Киево-Печерская, Почаевская, Соловецкая. Ходили и в Оптину пустынь, и в Новый Иерусалим, что в Подмосковье. Прабабка одного из авторов этой книги совершила в 80-е годы прошлого столетия пеший переход из Тотьмы, Вологодской губернии, до Киева и тем же летом вернулась назад.

Таких странниц и странников было очень много. За плечами котомка, пара запасных лаптей, в руке батожок, а на шее, под исподним бельем, узелок болтается с медными грошиками на свечи и пожертвование монастырю. Ни копейки из этих скудных сокровищ по дороге богомольцы умудрялись не тратить. Ночевали по гумнам да сеновалам у добрых людей, а питались именем Христовым, что бог подаст.

В монастырях странников привечали, селили их в монастырских гостиницах и даже кормили обедом. Богомольцы чинно рассаживались за общие столы, хлебали щи со снетками да вели беседы меж собой. В богатых монастырях и угощение было побогаче. В Соловецкой лавре в скоромный день богомольцам обед подавался из четырех блюд: из закусок — сельди соленые с луком, перцем и уксусом, затем треска со сметаной и квасом, уха из свежевыловленных сельдей и каша гречневая с коровьим маслом и кислым молоком [28].

Как же монастыри выдерживали наплыв богомоль-

цев и не разорялись? Опасения подобного рода совершенно напрасны. Доходы обителей, как правило, значительно превосходили их расходы. В Соловецком монастыре, например, каждый богомолец покупал просфору, платил даже за чернила, которыми пишут имена родных на исподке просфоры, платил и писцу, если сам был неграмотный. Лубочные изображения монастыря продавались по 25 копеек серебром вместо 5 копеек назначенных. Маленький кипарисовый образок стоил 75 копеек и т. д. Товары в лавочке для богомольцев продавались втридорога[29].

Были, конечно, монастыри из числа небогатых, даже нищенствующих — в основном заштатные, то есть не получавшие вспомоществования от казны. В женских монастырях, для укрепления их материального положения, развито было рукоделие, изготовление фольговых окладов для икон, несложных предметов религиозного культа.

Но были и монастыри, скопившие несметные сокровища. Взять тот же Соловецкий монастырь. Лавра, пишет С. В. Максимов, находится в таком состоянии, что не нуждается во многом — из покупных товаров только пшеница, рожь и вино. А все остальное — свое. Не заглядывая в сундуки монастырские, которые, говорят, ломятся от избытка серебра, золота, жемчугов и других драгоценностей, легко видишь, что сверх годичного расхода на братию остается еще огромный излишек, который пускается в рост на проценты[30]. В доходы монастыря шли и поступления от продажи собственных изделий: в Соловках писали иконы, шили одежду, кожаные пояса, сапоги. Кроме того, держали немало скота, а в море ловили рыбу.

Но за счет чего содержалось богатое монастырское хозяйство? На чьих плечах? — В основном за счет бесплатного труда многочисленных работников, прибывших на Соловецкие острова «по обету» или «по обе-

щанию», как говорили в народе. Случилась ли какая болезнь затяжная — человек дает обет в случае выздоровления отработать в Соловецком монастыре столько-то времени. Или рыбак-помор чудом от смерти спасся. Опять же в благодарность небесам за избавление гнет спину на соловецких монахов и год, и три, и пять лет. Налицо — самая неприкрытая эксплуатация, рабский труд в добровольной форме.

А сейчас посмотрим, как жили в тех монастырях, как спасали душу воздержанием и постом святые монахи. Справедливости ради надо сказать, что немало было монастырей, особенно в старину, обитатели которых вели аскетический образ жизни, старательно следовали монастырским уставам.

Русские монахи, говорит Адам Олеарий, ведут суровый образ жизни, никогда не едят мяса и свежей рыбы, а питаются лишь соленою рыбой, медом, молоком, сыром и огородными овощами, в особенности сырыми и солеными огурцами, пьют при этом квас, иногда кроша сюда огурцы и хлебая затем ложками. Вне монастырей, однако, добавляет Адам Олеарий, они охотно дают себя угостить добрым друзьям, так что иной раз приходится везти их пьяными из домов в монастырь [31].

Среди монахов были и настоящие фанатики, которым даже монастырская жизнь казалась слишком шумной и греховной. Такие отшельники уходили в скиты, на долгие годы замыкались в своих кельях, налагали на себя обет молчания, ограничивали до предела свой дневной рацион, то есть вели подвижническую жизнь.

Строгими правилами отличалась, в частности, Оптина пустынь, особенно жизнь ее знаменитых старцев — Макария, Леонида и Амвросия. Недаром к этому монастырю тяготели великие писатели земли русской — Н. В. Гоголь, Ф. М. Достоевский, Л. Н. Толстой, му-

чительно искавшие ответы на сокровенные вопросы о смысле и цели жизни человека.

Не под влиянием ли посещения Оптиной пустыни Н. В. Гоголь воскликнул однажды в «Выбранных местах из переписки с друзьями»: «Нет выше звания, как монашеское, и да сподобит нас бог когда-нибудь надеть простую рясу чернеца, так желанную душе моей, о которой уже и помышление мне в радость»? [32]

Благочестие и строгое воздержание монахов всегда были скорее исключением, чем правилом. Мировая литература, начиная с «Декамерона» Бокаччо, полна описаний развеселой монашеской жизни. Оно и неудивительно. Уход здорового молодого человека за монастырские стены — самое настоящее насилие над естеством. Многие ли выдержат искушения молодости с честью?

Герой рассказа Н. С. Лескова «Овцебык» признает, что он очень любил монастырских послушников — этот веселый, шаловливый, отважный и добродушный народ. «Какие гомерические кулачные бои я помню в монастырских хлебопекарнях. Какие песни удалые пелись вполголоса на стенах, когда пять или шесть рослых красивых послушников медленно прогуливались на них и зорко поглядывали за речку... Рыбная ловля в их однообразной жизни была единственным занятием, при котором они могли хоть немножко разгуляться и попробовать крепость своих молодых мышц» [33].

Если рядовые монахи и послушники и были вынуждены постничать, сидеть на капусте и горохе, то игумены с приближенными отнюдь не всегда отличались воздержанием. По крайней мере, дорогих гостей потчевать умели и себя не обижали при этом.

...Гости вступили в столовую отца игумена. Роскошно сервированный стол. Скатерть была чистая, посуда

блестящая, превосходно выпеченный хлеб трех сортов, две бутылки великолепного монастырского меду и большой стеклянный кувшин с монастырским квасом, славившимся в околотке. Водки не было вовсе. Обед приготовлен был на этот раз из пяти блюд: была уха со стерлядью и пирожки с рыбой, затем разварная рыба, отменно и особенно приготовленная, затем котлеты из красной рыбы, мороженое и, наконец, киселек вроде бланманже [34].

По части чревоугодия от православных монастырей не отставали и старообрядческие скиты. Вот как описывает П. И. Мельников-Печерский пиршество, устроенное монахами-раскольниками в честь заезжего купца-богатея.

Поскольку дело происходит в великий пост, отличающийся особой строгостью, то вначале, дабы соблюсти декорум, гостя потчуют в присутствии братии гороховой лапшицей. Зато позднее в узком кругу начинается пир под знаком того, что путешествующим «посты разрешаются». Вслед за тарелками с груздями и мелкими рыжиками появились и финики, и пряники, и изюм, и разные снеди, а к ним бутылки с наливками и настойками. А там в ход пошли балыки, икра осетровая, провесная белорыбица. Балык был «величины непомерной, жирный, сочный такой, что самому донскому архиерею не часто на стол подают». Покончив с рыбными снедями, принялись за уху из свежей рыбы, пареную севрюгу, осетрину с хреном и свежепросоленную белужину.

На другой день хлебосольные хозяева развернулись еще пуще. Кушаньям счету не было за обедом. На первую перемену составили разные пироги, постные и рыбные. Была кулебяка с пшеном и грибами, была другая с вязигой, жирами, молоками и сибирской осетриной. А каких только пряженцев не было! И кислые подовые на ореховом масле, и пряженцы с

семгой, и ватрушки с грибами, и оладьи с зернистой икрой, и пироги с тельным из щуки.

Управились гости с первой переменой, вторая подошла: уха из жирных ветлужских стерлядей. К ушице расстегаи. А там пошли блюда рассольные: стерляди разварные с солеными огурцами да морковью, осетрина холодная с хреном да белужья тёшка с квасом и капустой, таранчук осетрий, щука с чесноком и хреном, нельма с солеными огурцами [35].

Продолжать ли описание снедей, поставленных на стол щедрыми старцами лесного заволжского скита? Не будем утрировать ситуацию и представлять дело таким образом, что вся монастырская братия служила не столько богу, сколько бахусу и спасала души свои описанным выше способом. Провесная белорыбица и прочие экзотические по нынешним временам яства попадали на стол отнюдь не каждому и не каждый день. Обитатели скита закармливали заезжего купца-толстосума не без тайного умысла. Растроганный таким приемом, тот от щедрот своих пожертвовал немалую сумму старцам на пропитание.

Большинство обитателей монастырей русских, надо полагать, жило скромно и питалось скудно. Но факт есть факт, с ним не поспоришь. Немало было монастырей, отличавшихся разгульной жизнью, безнравственным поведением собравшихся за его стенами насельников. Автор «Калязинской челобитной» — литературного памятника XVII века, наверное, не слишком сгустил краски, описывая вольное житье монахов Калязина монастыря, предпочитавших вместо стояния на службе церковной сидеть в келье у ведра с пивом, а в посты мечтавших заменить редьку с хреном да репу пареную на вязигу да белорыбицу, уху стерляжью, пироги да блины с маслом [36].

Велика Русь. Вавилонское смешение языков, сословий, классов, социальных групп накладывало неизгла-

димый отпечаток на традиции, обряды и формы их проявления. Социальная дифференциация сказалась, как мы убедились, и на проведении постов. Многим приходилось и в разговенье пустые щи хлебать, а иные и в пост себя не обижали. Даже в монастырях — в вотчине своей — христианство не добилось подлинного братства и равенства.

Посты развились из пищевых запретов, сложившихся в условиях первобытного общества. С разделением общества на классы, с появлением мировых религий обряды стали наполняться в большей или меньшей степени социально-классовым содержанием. Эта участь постигла и посты. Их социальная начинка дает о себе знать вопреки стремлениям церкви распространить, больше на словах, единые требования к держанию постов и пастырями, и паствой. Не достигает своей цели, как мы увидим в следующей главе, и безудержная апологетика постов как одного из обязательных условий духовного возрождения человека.

ЦЕРКОВЬ О ПОСТАХ



Рассмотрев историю возникновения постов и особенности их соблюдения в условиях дореволюционной России, мы подходим к центральному пункту нашего исследования, а именно к выяснению сущности этого древнего религиозного обряда и его трактовки официальными кругами Русской православной церкви.

В этом вопросе много спорного и неясного. Достаточно сказать, что среди специалистов по научному атеизму отсутствует единое мнение о том, относить ли посты к обрядам или следует выделить их в особую категорию церковных установлений.

Необходимо, видимо, уточнить само понятие обрядов. На наш взгляд, приемлема такая их характеристика. Религиозные обряды представляют собой стереотипные, освященные многовековой традицией действия и церемонии, призванные оказать воздей-

ствие на сверхъестественные силы, способствовать осуществлению с ними контакта на групповом или индивидуальном уровне. Религиозные обряды могут бесконечно варьироваться по форме, но их основные функции остаются неизменными. И самые элементарные и усложненные обряды всегда призваны осуществлять невидимую связь верующего с богом, служить каналом передачи религиозных чувств на сверхъестественные объекты.

Специфической разновидностью религиозных обрядов являются посты. По внешнему рисунку, по сценарию посты заметно отличаются от таких эффектных обрядов, требующих коллективных действий, как крещение новорожденного, бракосочетание и, конечно, от венца всех обрядов — литургии. В указанных обрядах церемониальная сторона разработана до тонкостей, когда ритуал отработан до отдельных движений его участников, не говоря уже о словесном и музыкальном сопровождении.

Религиозные посты не включают в себя, как правило, такой заданности, жестких рамок поведения верующего. Сам акт пощения в большинстве случаев не обставлен специальными церемониями, варьируется каждым индивидуумом сообразно обстановке и его личным пристрастиям. И тем не менее посты мы можем с полным основанием отнести к религиозным обрядам. В них присутствует, во-первых, немало повторяющихся, стереотипных элементов, начиная от хронологических установок и кончая видами запрещений или разрешений пищи.

Во-вторых, конечная цель постов — физическое и духовное очищение, подготовка верующего к восприятию душой и сердцем божественного начала.

В-третьих, посты, при своей обыденной, «домашней» оболочке, имеют в то же время сакральную природу, санкционируются тем или иным религиоз-

ным учением и отражают в конечном счете его сущность и основное содержание. Об этом моменте следовало бы помнить тем, кто пытается поставить знак равенства между религиозными постами и врачебными диетами. Сходство между ними чисто внешнее, только по форме. Целевые же установки диаметрально противоположны.

В дореволюционный период Русская православная церковь имела, как известно, статус государственной со всеми вытекающими отсюда последствиями. Церковь санкционировала самодержавный строй, занималась апологетикой власть предержащих, а те в свою очередь оказывали всяческую помощь и содействие церкви, включая прямое ее финансирование. Альянс шел на пользу обоим партнерам.

Первое следствие сотрудничества церкви и самодержавного государства — отсутствие свободы совести. Отправление религиозных обрядов становилось долгом каждого гражданина, свидетельством его лояльности и добропорядочности. Для исповедующих православие не только церковный брак или, скажем, крещение детей вменялись в обязанность, а всякое отступление от них автоматически вело к ущемлению потомства в гражданских правах, но даже такое сугубо интимное и, казалось бы, добровольное действие, как исповедь, тоже рассматривалось с точки зрения гражданских повинностей.

Известно, что указами Петра I и Екатерины II посещение исповеди ставилось под государственный контроль, вплоть до составления списков говевших и наложения штрафов на уклоняющихся. Таинству исповеди предшествует длительный пост. Следовательно, соблюдение постов также попадало в разряд не просто богоугодных дел, а обязательных проявлений верноподданнических чувств, увязывалось с политической благонадежностью.

Насильственное внедрение православных обрядов, особенно среди «инородцев», обращенных в христианство, на практике нередко приводило к трагическим последствиям. Тэки Одулок — большой знаток Севера и его обитателей, проведший среди них долгие годы, оставил потрясающей силы документальный рассказ о том, как крестили якутов.

«Попу нужно было найти способ крестить непокорных днем. Он додумался вот до чего. Рано утром, почти ночью, поп заявился в юрту. Он поставил полуголых якутов в ряд и каждого, хватая за волосы, чтобы не уклонялся, обливал сверху водой, в которую предварительно окунал медный крест. Затем каждому поп мазал лоб чем-то пахучим и скользким, давал имя, которое записывал в книгу. На этом обряд «крещения» заканчивался».

Энергичный миссионер на этом свои радения о спасении «инородцев» не окончил. Он выстроил церквушку, избу себе и юрту дьячку. Окрестив население, он собирал с него налоги, подати и прочие установленные законом поборы.

«Кроме того,— пишет Одулок,— священнослужитель установил порядок, по которому якутам разрешалось есть мясо только в определенные дни месяца, рыбу — тоже в особые дни, а иногда и просто сидеть целыми неделями голодными. Люди, привыкшие питаться сообразно наличию пищи, независимо от качества, сорта и времени, никак не могли понять, что означал собою приказ священника. Но больше всего их поражало то, что требовалось сидеть голодными, когда есть пища и в особенности когда удался хороший промысел. Убьют на охоте оленя или лося, и вдруг нá тебе — нельзя есть мясо. У всех северных жителей существует насчет питания только одно правило: если есть пища, надо есть ее до тех пор, пока

не насытишься. Если же нет пищи — надо ее раздобыть» [1].

Якутам за нарушение требований о соблюдении постов грозил довольно значительный для них штраф — шкура лисицы и ведро сливочного масла. Штраф они платили, но поступали по-своему, сообразно веками отработанным привычкам и традициям, направленным на выживание в экстремальных условиях.

Служители церкви и в прошлом, и теперь много говорят и пишут о святости постов, возводят их начало к самому Иисусу Христу и его апостолам. Согласно евангельскому рассказу, Христос, прежде чем принять крещение в Иордане от Иоанна Предтечи, удалился в пустыню и постился там, полностью отказавшись от пищи, на протяжении сорока дней. Столько же дней постился ветхозаветный пророк Илия, а также и Моисей на горе Синай.

Иудаизм — один из главных идеологических источников христианства. Многие его установки, включая традицию держания постов, перешли в христианский культ. У древних евреев пост являлся символом печали и раскаяния и устанавливался во время общественных бедствий как добровольное покаяние. Регулярный характер пост принимает в сектах фарисеев и ессеев *. Первые постились два раза в неделю, а ессеи превратили пост в существенный элемент своего аскетизма.

Христианское учение о постах, с одной стороны, примыкает к ветхозаветной традиции, а с другой —

* Фарисеи — древнеиудейская религиозно-политическая секта (II в. до н. э.— II в. н. э.), для которой характерно строгое соблюдение религиозных предписаний; ессеи — иудаистская секта, сведения о которой сохранились у Иосифа Флавия, Плиния Старшего, Филона Александрийского. Ессеев отождествляют с членами кумранской общины.

на него оказали влияние ессеи и римские стоики, особенно Сенека. Древнейший постный день у христиан — день смерти их учителя. Начиналось пощение от пятницы с полудня и продолжалось до утра воскресенья, то есть в течение 40 часов. Отсюда развился уже в IV веке сорокадневный пост перед пасхой. Тогда же церковь ввела правило — поститься каждую субботу. В первые века существования христианства стали постными среда и пятница в память страданий Христа и его смерти на кресте [2].

Древние христиане посты держали очень строго. В постные дни они установили для себя сухоядение — питались исключительно сушеными плодами и овощами. Даже воду себе ограничивали, а принимали пищу лишь один раз в день, вечером. «Чтобы принять пищу, мы ожидаем вечера» *,— говорил Василий Великий.

По мере того как христианская церковь утверждалась и завоевывала позиции, возрастала и жесткость ее уставов. Несоблюдение постов было приравнено к ересям. Согласно 56-му правилу Трулльского собора (691 г.), употребляющие в великий пост сыр, яйца и мясо осуждались на отлучение от церкви, а Вальсамон, патриарх Антиохийский, дошел и до такого утверждения: «Не позволяется никому, даже в случае смертной болезни, в четыредесятницу есть мясо, на сие не дано позволения на соборах» [3].

Помимо ограничений в пище церковь ввела и другие атрибуты аскетизма — усердную молитву, отсрочки свадеб, отказ от театральных зрелищ и т. д.

Мощным стимулом популяризации постничества и

---

* Цитаты из поучений отцов церкви, а также описания «подвигов» святых угодников здесь и дальше приведены в основном по книгам «Уроки и примеры христианской любви. Опыт катихизической хрестоматии» (Спб., 1902) и «Настольная книга священнослужителя» (М., 1978. Т. 2; 1979. Т. 3).

учения о постах как необходимом условии спасения души явились возникающие, начиная с III века, христианские монастыри. Именно монашеский, затворнический образ жизни стал образцом, чаще всего недосягаемым, для верующих. С утверждением христианства как государственной религии монастыри начали расти как грибы после дождя. Появились целые кусты мужских и женских монастырей, как, например, на святой горе Афон в Греции. Возникли различные школы монашества, на Западе сложились многочисленные монашеские ордена. Еще в древности были выработаны монастырские уставы различной строгости.

С разделением Римской империи на Восточную и Западную и с последующим расколом христианской религии на две главные ветви — римско-католическую и греко-православную — по-иному стали складываться и многие церковные традиции, в том числе соблюдение постов. Католики пошли по пути ослабления строгости древних установлений о постах. Православная же церковь всячески подчеркивала, что именно в ее лоне сохраняется древнее благочестие.

«Римско-католическая церковь в настоящее время значительно отступила от древней строгости поста. Многие из ее прежних постов совершенно исчезли, а соблюдение оставшихся облегчено. Хотя в течение постного времени и предписывается скудная пища, но разрешение прибавлять к ней рыбу, яйца, молоко и масло помогало состоятельным людям изготовлять роскошные постные блюда. Кроме того, не достигшие 21 года, беременные, больные, дряхлые, солдаты, путешествующие и занятые тяжелой работой, кроме среды и пятницы первой недели великого поста, могут пользоваться своей обыкновенной пищей, наконец, епископы и священники вправе и остальным разрешать употребление мяса»[4].

Авторы цитируемой «Большой энциклопедии», вы-

пущенной в Санкт-Петербурге в 1896 году, тенденциозны в своих оценках. Во-первых, и среди католиков немало было сторонников аскетических правил. Монахи-цистерцианцы (орден основан в 1098 г.), к примеру, вместо обычной одежды носили грубую рясу с клобуком и не употребляли в пищу ни мяса, ни рыбы, ни яиц. Спали они на соломенных подстилках, дни проводили в трудах и молитвах. И все, как один, давали обет молчания.

Во-вторых, послабления во время постов допускали и в православной церкви — для больных, слабых, беременных женщин, малолетних детей, для находящихся в пути.

В-третьих, не только состоятельные граждане католического вероисповедания умудрялись готовить для себя роскошные кушанья во время постов, верхушка светской и церковной власти в России также не уступала иноземцам в этом отношении. Выше мы приводили ряд фактов на эту тему.

Спору нет, Русская православная церковь, в отличие от католической, действительно проявила себя как более консервативный институт, как приверженец древних, освященных веками церковных традиций. Многотомные «жития святых» издавались до революции массовыми тиражами, имена монахов-постников, причисленных к лику святых, не сходили с уст священников. На них ссылались в проповедях, их ставили в пример верующим как эталон праведной жизни. Заглянем и мы в «жития святых», познакомимся поближе с некоторыми из подвигов, совершенными древними иноками во славу божию.

Симеон Столпник, подобно библейским пророкам Моисею и Илии, 40 дней провел без пищи. Преподобный Виссарион часто проводил без пищи целую неделю, а иногда и 40 дней. Преподобный Афанасий вкушал хлеба, и то сухого, раз в три дня и немного

воды, а во время четыредесятницы принимал пищу через пять дней. Преподобный Паисий пять дней в неделю постился, а в субботу и воскресенье подкреплял себя скудною пищею. Прохор Лебедник — монах Киево-Печерского монастыря — питался только хлебом, выпеченным из собранной собственноручно лебеды.

Пища древних постников состояла из фиников, смокв, разных огородных растений, приправленных только солью, изредка маслом. Ели они также вареные зерна пшеницы, ячменя, чечевицы и др. Досыта никогда не наедались и к пище относились как к целебному средству, необходимому для поддержания жизни.

Иные в своем постническом рвении переступали порог разумного. Преподобный Досифей уменьшил свою суточную норму до четверти фунта, а преподобный Макарий Александрийский поступил следующим образом: он изготовил себе сосуд с узким отверстием так, чтобы только рука проходила, и клал в этот сосуд мелко нарезанные сухарики. Сколько рука могла захватить этих сухарей за один раз, столько и составляло его дневное пропитание — не более осьмушки фунта в день, то есть граммов пятьдесят.

Более того, великие постники истязали свое тело и другими способами: жаждой, изнуряли тяжелой физической работой, даже лишали себя сна. И при всем этом, согласно преданиям, они сохраняли бодрость, были полны сил и отличались завидным долголетием. Симеон Столпник стоял на столпе 80 лет, а прожил 103 года, Кириак-отшельник жил 108 лет, Алипий-столпник — 118, Павел Фивейский — 113 и т. д. Примеры из житийной литературы можно приводить бесконечно.

Но велика ли достоверность приведенных выше рассказов о подвигах святых отшельников? Нет. Сама церковь сегодня не рассматривает жития святых как

точные их биографии, где каждое слово истинно. Даже составлялись эти агиографии по установленным канонам, с переходом многих деталей и подробностей из одного жития в другое. Сравните, например, жизнеописание Николая Мирликийского и Сергия Радонежского.

Мифический, даже полусказочный характер житийных повествований проявляется и в том, что многие из них оснащены набором всевозможных чудес, прямым вмешательством сверхъестественных сил в земные дела. Сами ангелы сходят с небес, чтобы покормить праведников, достигших наибольшей святости. Лани приходят, чтобы напитать ослабевших постников своим молоком, а дикие звери берут пищу из их рук.

Но во имя чего люди совершали подлинное надругательство над своим телом — морили себя голодом, заковывали в цепи, отягощали веригами? Ответ мы находим у отцов церкви — церковных писателей и проповедников раннего периода становления христианской религии.

Иоанн Златоуст (живший в IV веке) так учит о посте: «Не дозволяй телу жить теперь, чтобы оно жило тогда; сделай его мертвым, чтобы оно не умерло... Умерщвляй тело, не в существе его, да не будет оно, а в стремлениях его на лукавые деяния».

Он же: «Воздержание от пищи принято для того, чтобы ослабить силу плоти, а коня этого сделать нам покорным».

Образ коня использует и блаженный Августин. Он говорит: «Если вас спросят: для чего вы поститесь и мучите себя? Отвечайте: бешеную лошадь, которую нельзя укротить уздою, необходимо усмирять голодом и жаждою».

И еще пару сентенций на ту же тему:

«Как тучные птицы не могут высоко летать, так

и угождающему своей плоти невозможно взойти на небо».

«По той мере, как тучнеет тело, истощается душа, и, напротив,— по мере истощения тела укрепляется душа».

Так вот в чем дело! Виной всему — дуализм человеческого существа, вечная борьба, а одновременно и единство двух начал: телесного и духовного. Представьте себе: молодой, в расцвете сил человек по каким-либо личным мотивам или под давлением внешних обстоятельств принимает решение удалиться от мира, присоединиться к монашеской братии, а иногда избрать и полное одиночество, выстроив хижину в глухом лесу или выкопав пещеру на склоне горы. Такое решение неминуемо приводит к трагедии, поскольку связано с насилием над естеством. Чтобы спасти душу, надо убить плоть, подавить в себе естественные, заложенные в нас от века потребности и желания.

Способов умерщвления тела святые угодники изобрели немало. Мы уже говорили о Симеоне Столпнике, не слезавшем с высокого помоста 80 лет. Таким же образом спасался преподобный Алипий из Адрианополя, простоявший на столпе 53 года. За 14 лет до смерти Алипий не мог больше стоять и вынужден был из-за болезни ног лежать на боку, перенося тяжкие страдания.

Преподобный Нил Столобенский — новгородский святой — никогда не ложился спать, а позволял себе лишь легкую дремоту, опираясь на крюки, вделанные в стены кельи.

Преподобный Феодосий Антиохийский «с юных лет оставил богатый дом своих знатных родителей и вступил на тесный и скорбный путь подвижничества, поселившись в малой келии на берегу залива». Свое тело святой угодник утруждал поклонами и лежанием на

голой земле, носил власяницу и тяжелые железные вериги. Волосы его отросли так, что покрывали ноги. Непрерывными подвигами поста и молитвы, повествует житие, Феодосий победил «плотские и духовные страсти, усмирил гневливость, прогонял нечистые помыслы».

Преподобный Иринарх-затворник Ростовский приковал себя в келье железной цепью к деревянному стулу, наложил на себя тяжелые цепи и кресты. Спал ночью лишь один час или два, остальное время молился и бил свое тело железной палкой.

Надо ли продолжать описание добровольных пыток, которым подвергали себя святые угодники, вставшие на путь спасения? Чем сильнее физически был отшельник, тем тяжелее давалась ему победа над плотью. Чтобы возвыситься до небесного, открыть врата рая, надо было растоптать земное. Или — или. Никаких компромиссов духа с телом святые отцы не признавали. Иоанн Лествичник так и писал:

«Пост есть насилие естества, отвержение всего, что услаждает вкус, погашение телесного разжения, истребление лукавых помышлений, свобода от скверных сновидений, чистота молитвы, светило души, хранение ума, истребление сердечного ожесточения, дверь умиления, воздыхание смиренное, радостное сокрушение, недействие многословия, причина безмолвия, страж послушания, облегчение сна, здравие тела, виновник бесстрастия, разрешение грехов, врата рая и небесное наслаждение».

Одним словом, пустынники рассматривали посты как самое надежное средство борьбы с искушениями, одолевавшими их. И прежде всего для подавления половой потребности, именуемой отцами церкви «похотью».

«Как томимый непрестанной жаждою, хотя будет перед ним тысяча источников,— говорит Иоанн Златоуст,— никакой не извлекает из того пользы, потому

что не может угасить внутреннего жара, причиняемого болезнью, так бывает и с человеком, непрестанно живущим в похотях. Но если будешь ограничиваться нужным, то никогда не подвергнешься такой горячке, напротив, освободишься от всего, и от пьянства, и от сладострастия. Посему ешь столько, чтобы утолить голод, одевайся так, чтобы только быть прикрыту».

Ему вторит Ефрем Сирин: «Как огонь не может гореть без дров и другого сгораемого вещества, так и немощная злокозненная плоть наша, если не обременена пресыщением, не воспламеняется похотию, но бывает покойна и покорна воле господней».

Ублажение своего желудка, пресыщение отцы церкви называли чревоугодием и относили его к тягчайшим порокам человеческим. Не случайно, по христианскому вероучению, среди тридцати трех мытарств, через которые проходит душа почившего в бозе, прежде чем ей определено будет постоянное местожительство — в раю или аду, есть и мытарство чревоугодия. Через этот своеобразный «контрольный пункт» пройти очень трудно, поскольку мало кто свободен от греха чревоугодия.

Пресыщение рождает блуд и называется матерью блуда. По принятии пищи, учат подвижники, демон пресыщения удаляется и посылает духа блудного. С улыбкой приходит дух блуда и, сном связав нам руки и ноги, делает уже все, что угодно, скверня душу и тело нечистотами, мечтаниями и извержениями. Пресыщение делает душу плотскою, оно ослепляет ее и не позволяет ей видеть. Поэтому душа легко склоняется на грех.

Приведем еще одно высказывание красноречивого проповедника Иоанна Златоуста: «Как легкие суда скорее переплывают моря, а обремененные большим грузом затопают, так и пост, делая ум наш более

легким, способствует ему быстро переплывать море настоящей жизни, стремиться к небу и предметам небесным, не уважать настоящее, но считать ничтожнее тени и сонных грез. Напротив, пьянство и объядение, обременяя ум и утучняя тело, делают душу пленницею, и стесняют ее со всех сторон, и, не позволяя пользоваться здравым суждением ума, заставляют ее носиться по утесам и делать все ко вреду собственного спасения».

Читатель из числа верующих, дойдя до этого абзаца в нашей книге, остановится и воскликнет: «Вот видите! Святые угодники осуждали пьянство и пресыщение, наносящие урон и душе, и телу. Разве это плохо?»

Нет, не плохо. Пьянство — порок серьезный, трудноистребимый. В борьбе с ним нелишним будет объединить все усилия, включая и церковные проповеди. Это — один из предметов сотрудничества, возникающего сегодня между атеистами и верующими.

Но суть-то вопроса в том, что отцы церкви, призывая отказаться от чревоугодия, ограничиваться пищей простой и грубой, да еще зачастую и в недостаточном количестве, предавая анафеме вино, не о здоровье человека пеклись, а о спасении его души. Только умерщвляя тело, можно истребить и «греховные помыслы», расчистить место для возвышенных мыслей, для молитвы.

Раздавались среди проповедников и разумные голоса, возражавшие против чрезмерного постничества, но опять же по каким мотивам? От чрезмерного постничества, говорит преподобный Кассиан, изнемогает тело, становится ленивее к духовному служению.

Пост рассматривался деятелями церкви и как надежное орудие борьбы с дьяволом. Еще в Новом завете говорится о том, что бесы изгоняются только молитвой и постом (Мф. 17:21; Мк. 9:29).

«Жития святых» полны рассказами о том, как святые схимники одолеваемы были бесами и какую бесконечную изнурительную борьбу приходилось с ними вести. Очень красочно такие сражения описываются, например, в жизнеописании Сергия Радонежского.

«Однажды преподобный Сергий ночью вошел в церковь, собираясь петь заутреню. И когда он начал пение, внезапно стена церкви расступилась, и вот воочию сам дьявол со множеством воинов бесовских появился,— вошел он не дверьми, но как вор и разбойник. А предстали бесы перед святым так: были они в одеждах и шапках литовских островерхих; и устремились они на блаженного, желая разорвать церковь и сровнять то место с землей. А на блаженного они зубами скрежетали, желая убить его». Через несколько дней нападение бесов повторилось.

Подобные битвы с нечистыми приходилось вести и Серафиму Саровскому, и многим другим святым угодникам.

Ничего загадочного и сверхъестественного здесь нет. Описанное явление давно известно науке. Это визионизм — состояние психической экзальтации, сопровождаемой галлюцинациями. Истории известны случаи, когда в женских монастырях у некоторых обитательниц развивался сексуальный бред — возникали видения и галлюцинации плотского сожительства с небесным женихом Иисусом Христом. Поль Гольбах писал по этому поводу: «В этих-то монашеских тюрьмах фанатизм производил наиболее заметные опустошения. Там бедные затворницы с очень ярким воображением и слабой конституцией, предоставленные ужасному одиночеству, питаясь меланхолией, взбесившись от печалей, постов, самоистязаний, испытывали бредовые видения, иллюзии, экстазы, частые откровения...

Святая Бригитта, святая Екатерина Сиенская, святая Тереза, святая Магдалина де Пацци, Мария Ала-

кок и множество других святых сумасбродок, набожность и пророческий дар которых восхваляются в церковных святцах, были, по-видимому, женщинами, воображение которых, воспламененное слишком строгим образом жизни, делало их часто совершенно безумными. У женщин, постоянно предающихся набожной мистике, истерия может дать все те явления, которые поражают у этих святых фанатичек. Божественная любовь вызывает у особы с живым воображением и пылким темпераментом те же безрассудства, что и любовь «мирская» [5].

Пост телесный апологеты христианства призывали соединить с постом духовным. Стеснение плоти должно сочетаться и с отказом от прочих удовольствий: ни праздных разговоров быть не должно, ни колких шуток, ни пагубных развлечений, ни забав и увеселений различного рода.

Духовный пост требовал также проявления любви к ближним. «Если ты человек, не прощаешь всякого согрешившего против тебя, то не утруждай себя постом,— поучает Ефрем Сирин.— Бог не примет тебя. Для чего умерщвлять тело свое постом, томить душу свою голодом и жаждою, если не приемлешь с любовию брата своего, против которого во внутренности своей имеешь гнев и ненависть? Пост не поможет тебе, пока не сделаешься совершенным в любви и уповании веры».

Духовный пост означает также «удаление от зла, воздержание языка, подавление в себе гнева, отлучение похотей, злословия, лжи, клятвопреступления». Это уже слова Василия Великого. Ему вторит Тихон Задонский — православный святой не столь отдаленной от нас эпохи (XVIII в.): «Есть пост телесный, есть пост и душевный. Телесный пост бывает тогда, когда тело постится от пищи и пития; душевный пост бывает тогда, когда душа воздерживается от злых по-

мыслов, дел и слов. Изрядный постник тот, кто удерживает себя от блуда, прелюбодеяния и всякой нечистоты; изрядный постник есть, кто положил языку своему воздержание и удерживает от празднословия, сквернословия, клеветы, осуждения, лести, лжи и всякого злоречия; изрядный постник есть, кто воздерживает себя от гнева, ярости, злобы и мщения; изрядный постник есть, кто руки свои удерживает от воровства, грабления и сердце свое от желания чужих вещей,— словом, добрый постник есть, кто от всякого удаляется зла».

Тут, как видим, дана целая программа нравственного совершенствования человека. Христианство с самого начала выступило с проповедью любви, всепрощения и смягчения нравов. Мы вправе задать вопрос: а какова действенность этих проповедей? Исправили они мир к лучшему? Стало меньше зла, ненависти, зависти? Добилось христианство уважения человеческой личности?

Нельзя, по нашему мнению, с порога отрицать, как это иногда бывает, положительное воздействие христианской морали на человечество, говорить о нулевом эффекте христианского человеколюбия. Сумма добра в мире возросла. Филантропия и альтруизм хотя и не пустили глубокие корни в силу экономических причин, но все же позитивную роль сыграли и продолжают играть. Однако не следует забывать, что мир совершенствуется прежде всего под влиянием социального и духовного прогресса, хотя свою лепту в этот процесс внесла и христианская религия. Это относится и к Русской православной церкви.

После краткого периода открытой конфронтации с Советской властью Русская православная церковь перешла на лояльные позиции, а затем взяла курс на интеграцию в социалистическое общество, на поиск своего места в строительстве новой жизни. И, надо

сказать, преуспела в этом. «Миллионы верующих различных вероисповеданий не досадный промах истории, а реальность,— отмечал журнал «Коммунист».— Наша действительность, не книжная, а подлинная, такова, что в ней существуют религиозные потребности и, следовательно, призванная удовлетворять их церковь. Поэтому надо принять во внимание то исторически беспрецедентное обстоятельство, что церковь сумела найти свое место в социалистическом обществе, не поступаясь вероучением, не обманывая доверия ни верующих, ни государства» [6].

Смена политических ориентиров Русской православной церкви, пересмотр социально-политической доктрины не могли не повлечь за собой переоценки некоторых мировоззренческих аспектов и вероисповеднической практики. Но тут церковь наткнулась на серьезную дилемму. С одной стороны, русскому православию всегда была свойственна ортодоксальность, приверженность древним канонам и установлениям. С другой же стороны, деятели церкви понимали необходимость перемен. Оставаясь на незыблемых позициях, отстаивать каждую букву обветшалых уставов — значит прийти в диссонанс с бурно развивающейся действительностью, достижениями современной культуры и тем самым обречь себя на скорое вымирание.

Церковь избрала путь «умеренного динамизма», то есть частичного обновления устаревших догм и правил церковной службы. Сегодня, например, уже не отстаивается каждое слово Библии как откровение божие, изменилось отношение к науке, внесены изменения в богослужебную практику типа заочного отпевания и т. д. Принцип такой: лучше потерять в малом, но сохранить основное.

В нашей атеистической литературе такая тактика обычно называется религиозным модернизмом или приспособлением церкви к объективным условиям.

Сама же церковь с порога отметает всякие намеки на приспособленчество. «Церковь никогда и ни к чему не приспосабливалась,— заявил митрополит Филарет,— не снижала требований христианской нравственности и не стремилась к тому, чтобы сделать христианство удобным и легким. На всякое «применение» или «приспособление» она смотрит как на измену церковному преданию» [7].

С таких позиций церковь подходит и к религиозным постам. На первом и втором предсоборных всеправославных совещаниях, проводившихся в 1976 и 1982 годах, по поводу постов возникли разногласия. Часть участников выступила за их существенное ослабление, но не была поддержана большинством, и на третьем предсоборном совещании, состоявшемся осенью 1986 года, был принят официальный документ под титулом: «Важность поста и его соблюдение сегодня». Первоначальный же вариант, отвергнутый участниками второго предсоборного совещания, звучал совершенно иначе, а именно: «Приведение церковной дисциплины о постах в соответствие с требованиями современности». Как видим, здесь уже присутствует другой оттенок, в модернистском духе. Сторонники умеренного традиционализма одержали победу и на этот раз.

Инициаторы радикальных изменений в вероучении, и особенно в культурной практике, руководствуются благими пожеланиями: поднять интерес населения к церковной жизни, сделать христианство более привлекательным и приемлемым для новых поколений, выросших и воспитанных отнюдь не в аскетических условиях.

Сама церковь не отрицает оскудения веры и не столь ревностного, как ей хотелось бы, исполнения прихожанами своего христианского долга, в том числе и соблюдения установленных уставом постов. Этот

факт признается и в документе «Важность поста и его соблюдение сегодня», авторы которого прямо пишут о том, что «многие верующие не соблюдают сегодня всех установлений о посте или по малодушию, или из-за каких-либо условий жизни» [8].

И все же традиция пересиливает соображения целесообразности. Руководство Русской православной церкви не пошло на значительное ослабление требований поста. «Опыт других христианских исповеданий,— говорит митрополит Филарет,— в том числе и римско-католической церкви, показывает, что сведение церковного поста до минимума, приспособление его к современности в конечном счете приводит к утрате апостольского и святоотеческого понимания поста и к его отмене» [9].

Как ни парадоксально, но апология поста сегодня даже усилилась. Верующим вновь напоминают многочисленные поучения отцов церкви о значении поста, о необходимости строгого его соблюдения. Пост воспевается в цитируемом нами документе как «благодать многосветлая, оружие необоримое, духовных подвигов начало, прекрасная нива добродетелей, пища душевная, источник всякого любомудрия, нетленному и ревностному житию подражание, как матерь всех благ и добродетелей и образ будущей жизни» [10].

Верующим напоминают также о том, что пост — это «не только воздержание от пищи и от греховных навыков, но и время упражнения в добродетелях, потому что без добрых дел пост тоже мертв» [11].

Наряду с перепевами древних поучений, ставших традицией, можно заметить и новые тенденции в трактовке постов. Митрополит Филарет указывает во вступительном слове к документу о постах, что поместные церкви должны «свято соблюдать церковные установления о посте и в то же время учитывать условия

современной жизни и быть снисходительными к своим чадам»[12].

До революции ослабление поста разрешалось больным, детям, престарелым и находящимся в особенных телесных трудах. Сегодня же круг лиц, подпадающих под церковную икономию (снисхождение), значительно расширен. В него включены верующие, испытывающие затруднения при соблюдении действующих постановлений о посте по причинам индивидуальным (болезнь, служба в армии, условия труда, жизнь в диаспоре и т. п.) или общим (особые климатические условия, отсутствие постной пищи, особенности социальных структур).

Не случайно, видимо, в «Журнале Московской патриархии» были опубликованы те выдержки из сочинений Василия Великого и преподобного Иоанна Кассиана, в которых говорится о необходимости соблюдать меру в посте, чтобы чрезмерным постом не ослабить телесную силу и не сделать тело ленивым и недеятельным для важнейших занятий. Крайности с той и другой стороны равно вредны: и излишества поста, и пресыщение чрева[13].

Упор сегодня делается не столько на телесной стороне поста, сколько на духовной. «Мы привыкли,— говорит патриарх Пимен,— считать пост телесный наиболее важным делом и совершаем его с особым усердием в дни святой четыредесятницы, однако телесный пост — это нечто подсобное, а самое основное — это пост духовный»[14].

Воздержание во время поста от некоторых видов пищи, как и уменьшение количества пищи,— указывает митрополит Филарет,— входит в понятие духовного подвига. Истинный же пост, как духовный подвиг, должен сопровождаться усердной молитвой и искренним покаянием[15].

В сочинениях и проповедях иерархов Русской право-

славной церкви не ослабла старая мысль о том, что пост — путь к спасению души. «Богоугоден и спасителен пост для человека,— говорит патриарх Пимен,— и является одним из самых действенных средств к воздержанию, к освобождению от чувственности, от низких стремлений и порывов, враждебных нашему здоровью и вечному спасению нашей души» [16].

Вместе с тем появляется новый мотив: пост есть средство духовного совершенствования христианина. Сама духовная жизнь «немыслима без духовного подвига поста».

«Поститься, как нас наставляют песнопевцы церкви, это значит полностью, всеобъемлюще изменить свою греховную жизнь, принести искреннее покаяние и, надеясь на милосердие божие, идти путем духовного совершенства» [17].

И еще один важный момент мы должны отметить. В решении, принятом на третьем предсоборном совещании, содержится такой постулат: «Пост — великий духовный подвиг и высшее выражение аскетического идеала православия» [18].

В прошлом, как мы знаем, в качестве высшего аскетического идеала Русская православная церковь выдвигала уход от мира, пустынножительство и бесконечные подвиги святых угодников, превративших самоистязания в норму своего поведения.

Сегодня проповедь такого идеала выглядела бы, мягко говоря, несвоевременной и неуместной, но в том-то и противоречивость позиции служителей церкви, что полностью они от такого варианта не отказываются. «Не может быть предела для аскезы и духовного подвига»,— говорится все в том же официальном постановлении предсоборного совещания. И еще: «...нам, мирским, надлежит поститься, чтобы для мира умереть» [19].

И в завершение хотим обратить внимание на то,

что церковь сегодня стремится расширить сферу применения поста, превратить его в универсальное средство для достижения многих целей. Все члены церкви «должны поститься перед божественным причащением, приучать себя поститься в знак раскаяния, при исполнении духовного обета, при достижении какой-либо святой цели, в период искушения, обращаясь с прошением к богу, при стихийных бедствиях, перед крещением (для приступающих ко крещению взрослых), перед хиротонией, в случае наложения эпитимии, во время паломничества и при других подобных обстоятельствах» [20].

Такова в общих чертах современная концепция постов Русской православной церкви. В своих основах она исходит из ортодоксальных принципов, продолжает церковную традицию, у истоков которой стояли отцы церкви.

«Православная церковь, неуклонно следуя и апостольским предписаниям, и соборным правилам, и всему святоотеческому преданию, всегда провозглашала высочайшее достоинство поста для духовной жизни человека и его спасения» [21].

Сохранены фактически все ключевые установки и правила пощения, не подверглось пересмотру назначение поста как средства очищения и приуготовления к таинству покаяния, как необходимое условие духовного подвига христианина. И пусть нас не вводит в заблуждение обновленческая терминология. Столь популярное при социализме понятие «совершенствование человека» трактуется опять-таки в узкодогматическом смысле как отказ от греховной жизни.

Разумеется, нельзя было совсем не учитывать веление времени. Поэтому некоторую трансформацию взгляды руководителей Русской православной церкви на посты все же претерпели. Упор сегодня больше делается на духовную сторону. Это во-первых.

А во-вторых, гораздо шире, чем было прежде, используется право священнослужителей на послабление постов по индивидуальным и общественным причинам.

Не отказалась церковь и от аскетического идеала, хотя и не афиширует слишком одиозные его проявления, вроде стояния на столпе или ношения железных вериг. В публичных выступлениях иерархов Русской православной церкви по-прежнему мелькают выражения, как «освободиться от чувственности», «умереть для мира» и т. п.

Монашеская жизнь по-прежнему выдается за пример, достойный подражания. Выступая перед новопостриженными монахами, архиепископ Иероним так и заявил: «Поздравляю вас, братья наши, с принятием ангельского образа... Потрудившиеся монахи, достигшие почтенной старости, уходят в вечные обители. Их место занимают иные иноки, которые подражают своим старцам, идут стопами Христа, идут стопами апостолов, мучеников, преподобных и всех тех, кто шел ко Христу до нас с вами».

Мы, атеисты, долгое время пренебрежительно относились к проповеди морального очищения человечества и церковь в этом плане как союзника, даже временного, не рассматривали. Сегодня, подвергая строгому пересмотру методы и формы идеологической работы, мы должны иначе, с объективных позиций подойти к оценке морально-проповеднической деятельности церкви, что уже находит отражение в публикациях последних лет, включая и партийную печать [22].

Вместе с тем мы должны помнить: если брать по большому счету, то центральная идея христианства, стержень евангельской проповеди «люди, возлюбите друг друга» в полной мере не сработала, да и не могла сработать, осталась гласом вопиющего в пусты-

не. За две тысячи лет существования христианства не исчезли ни кровопролитные войны, причем нередко велись они с благословения самой церкви, ни насилие над личностью, ни жесточайшая эксплуатация человека человеком.

Одними призывами к добру мир не изменишь. Пока остается экономическая основа зла, словами его не истребишь. Только революционное обновление общества, осуществление принципов социальной справедливости в состоянии покончить с отчуждением творческих и нравственных сил человека, с причинами, порождающими в обществе униженных и оскорбленных. Но доброе слово, призыв к гуманности и милосердию тоже не будут лишними в долгом и мучительно трудном процессе нравственного совершенствования человечества.

Человек, его самоценность и предназначение, цель и смысл его жизни — вот те кардинальные проблемы, не считая основного вопроса философии о соотношении бытия и сознания, по которым проходит водораздел между научным, марксистским мировоззрением и религиозно-идеалистическим, хотя и здесь имеются точки соприкосновения.

Марксизм решительно восстает против трактовки человека как изначально греховного существа, одержимого низменными страстями, раба своего желудка, не способного без божьей помощи подняться к духовным высотам.

Марксизм не приемлет цель и смысл жизни человека как подготовку к переходу в небесную обитель, как спасение души ради ее вечного пребывания в райских кущах, рядом с престолом господа.

Марксизм, наконец, отвергает, как заведомо ложное, учение о земной жизни как юдоли страданий и осуждает бегство от действительности, в какой бы форме оно ни осуществлялось — в монашестве или аскетическом ограничении своих потребностей.

Проповедь аскетизма не находит широкого отклика среди людей не потому, что они слабы духом или безнравственны. Причина в ином. На исходе XX века мы глубже осознали самоценность личности, красоту земной жизни во всех ее проявлениях. Зачем умерщвлять плоть, изводить ее постами ради освобождения духа? И телесное и духовное начала должны выступать в гармонии, в единстве. Обрести эту гармонию, пройдя через горнило противоречий и заблуждений, не есть ли величайший подвиг человеческой жизни, ради которого стоит жить и бороться!

МЕДИЦИНА И ПОСТЫ

Приступая к анализу медицинских аспектов постов, нужно прежде всего ответить на принципиальный вопрос: являются ли пищевые запреты только табуированными, мистическими установками, или же в них имеются рациональные, полезные элементы, направленные на сохранение здоровья и предупреждение заболевания? Как показывает практика, отдельные запреты имеют четкую санитарно-гигиеническую ориентацию.

Например, ислам не разрешает употреблять в пищу свинину, кровь, падаль и мясо любого животного, убитого не по мусульманскому обряду. Согласно иудейскому вероучению, можно питаться лишь мясом жвачных животных и домашних птиц, зарезанных по правилам ритуального убоя. Истоки этих ограничений могут лежать в сфере эмпирической деятельности человека. Еще в древности люди заметили, что

употребление мяса иногда вызывает заболевания. Считалось, что таким образом дает о себе знать некая таинственная сила, и жрецы взяли убой скота под свое наблюдение. В Древнем Египте, Финикии, Иудее бойнями служили храмы.

Наличие специальных резчиков при храмах и мечетях, при синагогах обеспечивало и до сих пор гарантирует не только точное исполнение ритуальных манипуляций, но и профессиональный отбор здоровых животных, соблюдение основных санитарно-гигиенических правил их убоя (в частности, быстрого обескровливания), что представляется весьма целесообразным для предупреждения заражения глистами или инфекционными заболеваниями, обеспечивает более долгое сохранение свежести мяса.

И. И. Мечников писал: «Всем известно сильное влияние религии на выбор и приготовление пищи. Еще и до сих пор многие народы сохранили кулинарные обычаи, предписанные правилами религий. Так, у евреев пища определена моисеевым законом... Книги Моисея заключают также правила приготовления некоторых блюд. «Не ешь ничего недопеченного или варенного в воде, но жарь его (ягненка или козленка) на огне». Правда, что... запрещение есть недоваренное мясо вполне подтверждается современным знанием» [1].

Возьмем отношение к свинье. Это животное было табуированным не только у древних евреев, но и ассирийцев, египтян, вавилонян. Презрительное отношение к свинье как «грязному» животному связано с ее внешним видом и всеядностью, особенно с поеданием падали. Иудейский и мусульманский запреты на свинину можно рассматривать не только как отголосок тотемистических верований, о чем говорилось выше, но и как проявление брезгливости и опасение заразиться глистами. Разумеется, эта опасность не исчезает и

при употреблении мяса жвачных животных, но в относительно меньшей степени. Хотя И. И. Мечников считал, что запрет на употребление в пищу крови, свинины «находится в полном противоречии с рациональной гигиеной» [2], предупредительная направленность этих запретов, возможно, имеет место.

Проблема религиозных постов приобрела за последние десятилетия медицинскую актуальность. Дело в том, что всплеск общественного интереса к вопросам полноценного и оздоравливающего питания, а также недостаточная осведомленность населения об основных принципах диетики явились благоприятной почвой для широкого распространения псевдонаучных взглядов и различных теорий. Так, в разное время чрезвычайную популярность имели «очковая», белковая, «французская», «косметическая» диеты, голодание по П. Брегу, питание по Г. С. Шаталовой, диетические рекомендации Х. Шелтона, сыроедение и т. п.

Как бы второе рождение и своеобразную модернизацию переживает вегетарианство: оно имеет значительное число сторонников в Западной Европе, США и Канаде, пропагандируется и в Советском Союзе.

В связи с этим обострился интерес к религиозным постам. В них стали видеть проверенную веками, разумную систему, якобы включающую в себя все «модные» в наши дни гастрономические увлечения. Посты стали даже рассматривать как предшественников лечебных, разгрузочных дней и диет, способствующих долголетию и укреплению здоровья.

Естественно, что священнослужители и верующие охотно воспользовались возникшей ситуацией. Ссылаясь на церковные традиции и священные книги, они дают всем, обратившимся за советом, соответствующие наставления, подкрепляя их ссылками на личный

опыт. Показательно в этом отношении высказывание ректора Ленинградской духовной академии, профессора-протоиерея Владимира Сорокина, опубликованное в «Медицинской газете». Разъясняя свое отношение к здоровому образу жизни, маститый богослов заявил: «Мы считаем, что все, чему учим прихожан, так или иначе настраивает их на здоровый физический и моральный образ жизни. Сколько вы сейчас пишете о диетотерапии? А церковь всегда призывала к воздержанию. Вы говорите о болезни как о следствии неправильного образа жизни. Мы же — о том, что каждая болезнь есть наказание за грехи наши. Врачи и священнослужители, мы часто разными словами говорим об одном и том же» [3].

Не вступая в обсуждение всей приведенной цитаты, выделим из нее главное — попытку провести аналогию между диетотерапией и давними призывами церкви к воздержанию. Но это далеко не одно и то же. Суть религиозных постов не исчерпывается пищевыми ограничениями, хотя они и являются важнейшей составной частью постничества. Так что нельзя ставить знак равенства между церковным учением о воздержании и здоровым образом жизни.

С идеей о благотворности постов для здоровья смыкается и распространенное мнение о пользе кратковременного голодания. Еще в 1967 году в Сиднее была издана нашумевшая книга П. Брегга «Чудо голодания», в которой автор утверждает, что «самое большое открытие нашего времени — это умение омолодить себя физически, умственно и духовно рациональным голоданием» [4].

Популяризация нового метода в нашей стране началась с выхода в 1973 году книги Ю. С. Николаева и Е. И. Ниловой «Голодание ради здоровья». Идея была подхвачена некоторыми периодическими изданиями. Особенно упорно она муссируется газетой «Советский

спорт», причем авторы статей в поисках аргументов не прочь апеллировать к религиозным постам. Вот фрагмент из беседы корреспондента газеты с Ю. С. Николаевым. На вопрос о лечебном эффекте краткосрочного голодания профессор заявил буквально следующее:

«Краткосрочные голодания показаны абсолютно всем людям и не могут принести вреда... Разумеется, голодание нужно проводить систематически. Вспомните: религиозные посты — они ведь были и следовали систематически... Исключив из нашей жизни религию, мы исключили и посты» [5].

Профессор Ю. С. Николаев не впервые высказывается о благотворности постов. В 1973 году он и его соавтор Е. И. Нилова изложили более развернуто одно из обоснований «лечебного голодания»: «В течение многих столетий религии всех народов предписывали соблюдение строгого поста. Отказавшись от догм религии, человечество легкомысленно позабыло то полезное, что несла с собой религия,— требования воздержания. Теперь медики вновь открыли пост, открыли как медицинское средство» [6].

Правда, во втором издании книги столь малообоснованное и спорное утверждение отсутствует, хотя авторы в целом и не изменили своего одобрительного отношения к постам, считая их проявлением народной мудрости.

Внес свою лепту в подогревание интереса к религиозным постам и журнал «Химия и жизнь». В «Записках голодающего» С. Стасов напоминает о том, что «наши далекие пращуры частенько ложились спать с пустым животом. Ведь не каждый день удавалось загнать в яму мамонта или разыскать нужное количество кореньев. И не думайте, что голод был спутником человека только в те времена, когда люди кутались в шкуры и ночевали в пещерах. Во время

религиозных долгих постов тоже ничего не ели. Но даже куцые посты давали пользу»[7].

Здесь явная натяжка. Нельзя ставить знак равенства между полным голоданием и долгими постами. Да и заявление о полезности «куцых постов» носит априорный, бездоказательный характер. Ну разве можно отнести к серьезным аргументам отсылку читателей к «Слову о постах как средстве предохранительном от болезней» — лекции, прочитанной в 1769 году в Московском университете профессором Петром Вениаминовым! В лекции утверждалось: «Люди слабого сложения находятся тогда в хорошем состоянии в рассуждениях своего здоровья, когда, почувствовавши слабость, мало-помалу от обыкновенной своей пищи убавляют; а еще в лучшем бывают состоянии, когда они совсем через несколько времени по своей возможности оной не принимают и делают с желудком некоторый образ перемирия, который после такового отдыхновения получает лучшие силы и для принимаемой впредь пищи к перевариванию оной делается удобнейшим»[8].

Обоснованием историчности, целесообразности и эффективности этого вида терапии выдвигаются конечно же посты. Людей неверующих влечет к постам здоровье, искреннее любопытство, некоторая надежда на таинственное, чудодейственное их воздействие, а также доверие к словам и делам авторитетов, подкрепляемым ссылкой на народную мудрость и древний религиозно-исторический опыт.

Так, чуть-чуть видоизменяясь в зависимости от ситуации и «авторитета», существует и укрепляется в общественном сознании представление о постах как составной части здорового образа жизни, подпитывается новыми слухами и разговорами легенда о том, что и врачи, и священнослужители толкуют об одном и том же, только разными словами.

Во втором издании книги «Голодание ради здоровья», вышедшем в 1988 году, авторы излагают метод, который не вполне созвучен названию книги. Они вводят термин, более правильно отражающий существо дела, а именно «дозированное голодание» или «разгрузочно-диетическая терапия» — РДТ.

Профессор Ю. С. Николаев, его ученики и последователи наибольших успехов добились при использовании РДТ в лечении и возвращении к работе страдающих психическими расстройствами, а также аллергией и в отдельных случаях — бронхиальной астмой. Так что ни о какой универсальности метода лечения голодом и речи быть не может.

Кстати сказать, положительное влияние временного ограничения в пище на ход некоторых заболеваний было замечено еще в древности. Один из отцов церкви, Афанасий Великий, писал: «Видишь ли, что делает пост: болезни врачует, мокроты иссушает, бесов прогоняет, лукавые помыслы удаляет, сердца делает чистыми»[9]. Это наблюдение буквально совпадает с приведенными выше показаниями к РДТ. Ведь психически больных еще недавно называли бесноватыми, то есть одержимыми бесом, «иссушение мокроты» (прекращение ее выделения) — один из признаков эффективного лечения «влажной» формы бронхиальной астмы. Такой параллелизм не случаен. Он отражает глубокие наблюдения и замечательные обобщения многовековой народной лечебной практики. К сожалению, подобные совпадения, рациональные зерна, дошедшие до нас из глубины веков, служат ложным основанием для апологии религиозных постов как эффективного универсального средства при многих болезнях. Врачебная практика, как мы увидим ниже, зачастую подтверждает обратное.

Интересен и такой момент, связанный с применением метода «дозированного голодания». При подго-

товке к РДТ со всеми больными проводились сеансы психотерапии, направленные на положительное отношение к лечебному голоданию. Активное, позитивное отношение больных к разгрузочной терапии во многом предопределило успех лечения. Здесь можно провести прямую аналогию с психологической подготовкой к постам, осуществляемой церковью. Священнослужители задолго до постов начинают настраивать паству соответствующим образом, перед великим постом даже вводят специальные подготовительные недели, что облегчает верующим жесткое самоограничение в пище на длительное время.

Соблюдение постов всегда носило индивидуальный характер — наиболее набожные и добросовестные с особой тщательностью исполняют все церковные предписания. Недосягаемым образцом для многих и сегодня являются жития святых. В предыдущей главе нашей книги приводятся многочисленные рассказы о том, как постились святые угодники, до какой степени ограничения они доходили. Небезынтересно будет взглянуть на эти «подвиги» с медицинской точки зрения.

Напомним, что святые постники смотрели на пищу «как на лекарство», фунт хлеба считали обычной мерой своего дневного пропитания. Но многие и эту меру сокращали. Преподобный Досифей уменьшил свой рацион до четверти фунта. Как выглядит эта норма в калорийном и белковом исчислении? Фунт хлеба (410 г) содержит чуть более 22,5 г белка и около 700 килокалорий, четверть фунта — соответственно четвертую часть этого.

Член-корреспондент АМН СССР В. А. Шатерников пишет: «В блокадном Ленинграде был установлен нижний предел калорийности и содержания белка в рационе, который позволил поддерживать жизнь на самом минимальном уровне выполнения жизненных

функций, то есть при максимальной экономии всех жизненных сил. Таким пределом являлись калорийность суточного рациона в среднем 1000 (больших) калорий, при содержании белка в среднем 25 г. Конечно, это влекло за собой резкую потерю трудоспособности, физическую, умственную слабость, снижение сопротивляемости организма воздействиям факторов внешней среды» [10].

Уменьшение же калорийности рациона и содержания в нем белков ниже указанных пределов приводило к быстрому прогрессированию дистрофических изменений и к смерти. Были проведены наблюдения над молодыми здоровыми добровольцами. Они находились на суточном рационе, включавшем 1000 килокалорий и 25 г белка. Уже в первые две недели у них развивались начальные дистрофические изменения, которые становились существенными на третьей неделе [11].

Противоречат излюбленному в среде постников афоризму «мало ешь, мало пей — вот и здоров будешь» описания внешнего вида святых угодников. Вот портрет Авраамия Смоленского: «...лицо же блаженного и тело были сильно изнурены, так что его кости и суставы можно было сосчитать как мощи, и лицо его было бледно из-за великого труда, и воздержания, и бодрствования, и из-за многих проповедей, которыми он изнурял себя, из-за пения и чтения, и молитв, возносимых к богу». Это классическое, как из учебника, описание истощения и малокровия взрослого в результате дефицита пищевых веществ, то есть заболевания от неспецифической (белковой и калорийной) недостаточности питания.

Особенно драматично выглядит результат постничества преподобного отца Феодосия Печерского глазами его матери: «Она же, увидев сына изможденным — так как изменилось уже лицо его от непрестан-

ного труда и воздержания,— обняла его и горько заплакала». Да могло ли быть иначе, если у блаженного отца Феодосия и печерской братии «еда их была — ржаной хлеб только да вода. В субботу же и воскресенье чечевицу вкушали, но часто и в эти дни не было чечевицы, и тогда овощи одни, сваривши, ели».

Маловероятны и утверждения о том, что святые постники, не получая даже минимума пищевых ресурсов, необходимых для поддержания жизни (прием пищи только два раза в неделю, сорокадневное полное воздержание и т. п.), вместе с тем сохраняли большую работоспособность, причем в течение многих десятилетий. Не надо быть специалистом-медиком, чтобы понять: тяжелые физические усилия требуют и соответствующей затраты энергии, а откуда она возьмется, если калории не поступают извне, а внутренний резерв давно исчерпан?

Не имея возможности разумно объяснить такой феномен, апологетам постничества не остается ничего иного, как обратиться за помощью к небу, ссылаться на божью благодать, которая осеняла святых угодников и давала им опору в ежедневных подвигах. Когда не хватает аргументов — остается апелляция к чуду.

Говорят, во всяком предании есть зерно истины. Как бы фантастично ни выглядели жизнеописания святых, но определенные факты они содержат, что дает нам право рассматривать их как источники определенной степени достоверности.

О Сергии Радонежском жития сообщают невероятные на первый взгляд детали его постнической жизни. Уже в младенческом возрасте он удивлял окружающих своим поведением. Когда мать его принимала мясную пищу, он отказывался брать ее грудь. По средам и пятницам он вообще не брал грудь и не пил коровьего молока, оставаясь без пищи в течение целого дня.

«Будучи еще в пеленках и в колыбели, к посту привыкал»,— сказано о Сергии Радонежском в его жизнеописании. «До своего рождения он избран был богом».

Можно ли объяснить с точки зрения современной медицины отказ младенца брать материнскую грудь? Да, вполне. Младенец отказывается от материнского молока, если у него выработалась пищевая аллергия в результате одностороннего, растительного питания матери. Может сработать и другая причина — способ кулинарной обработки, сдабривания пищи эфиросодержащими, резко пахнущими травами, луком, чесноком. Естественная реакция младенца получила в религиозно-экзальтированной среде мистическое истолкование как знак божественной воли и нашла отражение в жизнеописании святого как одно из чудес, проявленных им. Кстати говоря, мать Сергия Радонежского описывается как великая постница, которая и во время беременности питалась только хлебом, зеленью и водой. Вполне вероятно, что последствием такого аскетического образа жизни и строго вегетарианского (без крайне необходимого беременной женщине животного белка) питания явилось рождение ослабленного ребенка, отказавшегося от материнской груди.

В обоснование постов приводятся доводы о преимуществе растительной пищи в сравнении с животной. В дореволюционном пособии для священнослужителей «Уроки и примеры христианской любви. Опыт катихизической хрестоматии» помещен панегирик в пользу вегетарианства. Утверждается, что растительная пища естественнее для человека, чем мясная, что вегетарианцы реже болеют, а продолжительность их жизни больше. Переход к вегетарианству влечет за собой и нравственное перерождение общества [12].

На протяжении десятков лет не утихают споры вокруг вопросов, связанных с преимуществом того или иного вида пищи. В наше время вновь вспыхнул

интерес к учению вегетарианцев, пополняются ряды их последователей. Поскольку вегетарианство и религиозные посты с их отказом от мясной пищи идут как бы параллельными путями, считаем необходимым подробнее остановиться на этом вопросе.

Происходящий от латинского слова «вегетариус» (растительный) термин «вегетарианство» означает питание продуктами растительного происхождения. Однако вегетарианцы бывают разные, варианты их системы питания подчас значительно отличаются друг от друга. Старовегетарианцы («чистые», или строгие, веганы) питаются только сырыми растительными продуктами, другие — допускают их варку или жаренье. Младовегетарианцы наряду с растительной пищей включают в рацион молочные продукты и яйца, а иногда даже рыбу и «белое» мясо. Лактовегетарианство совмещает растительные и молочные продукты.

Питание при таком расширенном вегетарианстве позволяет почти полностью обеспечивать организм всеми необходимыми компонентами пищи, в том числе и витамином B_{12}. Но при этом оказывается низкой энергетическая ценность дневного рациона. А в низкокалорийном питании белок будет использоваться не для пластических целей, а пойдет на энергетические нужды, что может вызвать белковую недостаточность.

Один из недостатков растительных продуктов состоит в том, что они быстро вызывают чувство насыщения. Чтобы за счет только их одних обеспечить потребность организма в белке (к тому же неполноценном), нужно значительно увеличить суточный пищевой рацион. При этом неизбежно возрастут нагрузки на органы пищеварения, напряженнее станет обмен веществ.

Церковь всегда относилась к мясной пище сдержанно и поощряла тех верующих, которые полностью

отказывались от ее употребления. Известно апостольское изречение на этот счет: «Не буду есть мяса вовек, чтобы не соблазнять брата моего» [13]. Мясо попало в категорию едва ли не греховной пищи. Вегетарианцы также считают его источником многих болезней.

Ф. Энгельс убедительно показал преимущества мясной пищи перед растительной, а именно: мясная пища содержит в почти готовом виде наиболее важные вещества, в которых нуждается организм человека. Она сократила процесс пищеварения и тем самым сберегла больше времени, вещества и энергии для активного проявления жизни человека, чрезвычайно способствовала увеличению его физической силы и самостоятельности. «Но наиболее существенное влияние,— пишет Ф. Энгельс,— мясная пища оказала на мозг, получивший благодаря ей в гораздо большем количестве, чем раньше, те вещества, которые необходимы для его питания и развития, что дало ему возможность быстрей и полней совершенствоваться из поколения в поколение. С позволения господ вегетарианцев, человек не мог стать человеком без мясной пищи...» [14]

Первобытные предки человека были травоядными существами. Привычка к животной, мясной пище выработалась у человека на протяжении миллионнолетней эволюции. Также эволюционировала и претерпевала изменения система пищеварения, в особенности выработка пищеварительных соков. У новорожденного они приспособлены к переработке и усвоению самой легкой, естественной для младенца пищи — материнского молока. По мере роста и взросления ребенка совершенствуется и система пищеварения — она становится способной вначале к переработке более сложной растительно-молочной (каши), а позднее и мясной пищи. Это связано не с изначально якобы заложенной склонностью к растительной пище, как считали

некоторые сторонники вегетарианства, а с приспособлением организма к более сложному смешанному питанию, обеспечивающему и трудоспособность человека. Пищеварительная система человека усложняется по мере его взросления, как бы повторяя при этом всю его эволюционную историю. Этот существенный момент отсутствует у авторов катихизической хрестоматии, пытавшихся с помощью ссылки на малолетних детей, предпочитающих молочно-растительную пищу, доказать естественность для человека полного вегетарианства и тем самым полезную функцию религиозных постов [15].

Во взглядах вегетарианцев, будем объективны, имеется рациональное начало. Мясная пища действительно содержит ряд веществ, избыток которых может вызвать нежелательные последствия, спровоцировать обострение некоторых недугов, особенно в пожилом возрасте. Но было бы ошибкой на этом основании исключать мясную пищу из рациона. Растительный белок, которым богаты горох, соя, дрожжи, не может полностью заменить белок животного происхождения. Именно мясо гораздо богаче незаменимыми аминокислотами по сравнению с любым представителем растительного царства. Кроме того, большинство овощей и фруктов отличает низкое содержание белка. В картофеле, например, его всего 2 процента, в капусте и того меньше — 1,4 процента. Мясо содержит белка, да еще более высокого качества, 18,2—20,8 процента. Растительный белок и усваивается организмом гораздо хуже, что небезразлично для здоровья.

С другой стороны, без растительной пищи рацион человека также будет неполноценным. Содержащиеся в ней так называемые балластные вещества (сырая клетчатка) необходимы для нормальной жизнедеятельности организма. Народный опыт давно под-

метил это и узаконил разумное сочетание растительной и животной пищи. Наши предки, славяне, испокон веку занимались хлебопашеством, разводили скот, ловили в реках рыбу, промышляли в лесу зверя, занимались бортничеством. Использовались в пищу и всевозможные дары леса: ягоды, грибы, травы, коренья съедобные. В крестьянский горшок шли даже такие дикорастущие растения, как крапива, борщевик, сныть. Заготовляли впрок щавель, а ранней весной использовались в пищу побеги полевого хвоща. В голодные годы многих спасала лебеда. Любимыми огородными растениями у славян были капуста, репа, морковь, свекла, редька. Картофель появился гораздо позднее. Как видим, крестьянская пища отличалась простотой и разнообразием. Из продуктов животного происхождения чаще всего в пищу использовались молоко, творог, сметана. Что касается мяса, то, как об этом говорилось выше, его изобилия в крестьянских семьях не было [16].

Пресса порой приносит настолько сенсационные сообщения о пользе вегетарианства, что ставит многих читателей в тупик, сеет сомнение даже среди его противников. Вот свежий пример. В одном из номеров «Недели» за 1988 год появилась заметка «Добавьте в меню... воздух». Заведующий лабораторией биомеханики спорта ВНИИ физической культуры, кандидат педагогических наук В. Кряжев поведал следующее: «Мы хотели сравнить выносливость спортсменов, придерживающихся традиционной диеты, и тех, кто питается по системе кандидата медицинских наук Галины Сергеевны Шаталовой (капустные листья, грецкие орехи, яблоки, морковь — все в сыром виде). Результаты экспериментов поразительны. Спортсмены из контрольной группы, которые ели очень много, в конце сверхмарафона в среднем худели на полтора килограмма. А в экспериментальной группе, при сме-

хотворно скудной диете, в среднем худели всего лишь на двести граммов. Некоторые же вегетарианцы даже умудрились поправиться!.. Результаты: менее калорийная растительная пища позволяла выполнить большой объем работ, а организм нисколько не истощался»[17].

Чтобы дать разумное объяснение парадоксу, предложена гипотеза: недостающую энергию человек получает через легкие, усваивая при помощи азотфиксирующих бактерий кишечника азот вдыхаемого воздуха. Эта гипотеза, если ее удастся доказать, проливает свет на тайну жизнестойкости великих постников. Растительная пища, которой они поддерживали свое существование,— прекрасная питательная среда для бактерий, удерживающих азот. Вопрос в том, насколько чисто проведен эксперимент, о котором повествует популярный еженедельник? И повторялся ли он, как того требует строгая наука, в других научных коллективах? Сколько подобных «открытий» при ближайшем рассмотрении оказывались блефом! Нет ничего проще, как выдать желаемое за действительное. Попутно напомним, что идеи вегетарианства имеют не только горячих поклонников, но и достаточно компетентных противников[18].

Сторонники вегетарианства, в подтверждение своих идей, любят приводить пример воздержания от мясной пищи, поданный Львом Толстым и Байроном, Пифагором и Сенекой, Платоном и Леонардо да Винчи. Возражая на эти доводы, В. Оленева справедливо пишет, что «сами по себе один или несколько фактов ровным счетом ничего не доказывают. Есть данные науки. На них, думается, и надо опираться в рекомендациях о рациональном питании»[19].

Член-корреспондент АМН СССР М. А. Самсонов, продолжая обсуждение, пишет: «Мне могут возразить и, защищая вегетарианство, сослаться, к примеру, на Льва Толстого, Бернарда Шоу, которые были вегета-

рианцами и прожили долгую плодотворную жизнь... Дело в том, что они не были строгими вегетарианцами и наряду с растительной пищей ели яйца, рыбу, молоко... Кстати говоря, абсолютное большинство долгожителей, как правило, отнюдь не вегетарианцы»[20].

Так проявляет свою несостоятельность одна из попыток подвести «научную» базу под религиозные посты, доказать их целесообразность через апологию вегетарианства. Данные современной науки не позволяют сделать однозначный вывод о преимуществах чисто растительной пищи. И эксперименты, и житейский опыт подсказывают как оптимальный вариант разумное сочетание в нашем рационе продуктов растительного и животного происхождения.

Среди православных теологов, особенно рьяно доказывавших телесную пользу постов и пытавшихся при этом опереться на медицину, выделяется митрополит Александр Введенский (1888—1946) — один из лидеров обновленческого движения в русском православии, возникшего после Октябрьской революции. В 1914 году, будучи священником в Симбирске, он издает брошюру «Христианский пост и современная медицина». В ней утверждается, что христианский пост имеет несколько степеней. В некоторые дни церковь предлагает полностью воздерживаться от пищи — это абсолютный пост. В другие дни церковь разрешает одно только «сухоядение», то есть употребление хлеба и овощей без варева и масла или же растительную пищу с маслом. Наконец, церковь во время поста дозволяет употреблять в пищу рыбу. Абсолютный пост, то есть полное голодание, А. Введенский выдавал чуть ли не за универсальный метод лечения болезней[21].

Отцы церкви не раз выступали в пользу воздержания, осуждали чревоугодие. «Не так сильное течение рек размывает берега и обрушивает их, как сластолюбие и пресыщение подрывают все опоры нашего здо-

ровья»[22]. С такими суждениями медики охотно соглашаются. Нельзя отрицать разумность воздержания, понятого как самоограничение, умение избегать излишества, наносящие и физический и моральный вред.

«Недоедание после сорока лет равносильно продлению жизни на несколько десятилетий»[23] — так выразился известный геронтолог Рой Уэлфорд. Звучит, быть может, несколько рекламно, но немалая доля истины здесь есть. Разумеется, надо прежде разобраться, какова степень этого недоедания.

Весьма туманно и расплывчато понятие абсолютного поста. Какое содержание вкладывает в него А. Введенский? Что это — полное голодание или частичное? И можно ли рекомендовать такое голодание в качестве метода лечения? Выше мы высказались на этот счет достаточно определенно. Почтенный богослов, рекомендуя абсолютный пост как целебное средство, не замечает противоречия, в которое впадает. Ведь церковь даже до революции освобождала от обязанностей держать строгий пост больным и слабым. А надо бы, по логике, прописывать это «лекарство» всем, находящимся на смертном одре.

Негативные последствия для организма длительного, изнурительного пощения лучше всего проследить на примере великого поста, или святой четыредесятницы, как называли в старину этот период. Завершался великий пост крупнейшим христианским праздником — пасхой, приходящейся по старому календарю на срок от 22 марта до 25 апреля. Границы этого праздника подвижны. В любом случае великий пост совпадал с ранней весной, когда организм ослаблен, а продукты (прежде всего овощи) утрачивают многие целебные и питательные свойства, уменьшается содержание в них витаминов. А лесной, луговой и огородной зелени в

это время нет, если брать центральную и северную зоны России.

Можно, конечно, и при скудных запасах так составить вегетарианский рацион, чтобы он имел достаточную энергетическую ценность, необходимые углеводы, минеральные соли и растительные жиры. Но при этом содержание белка в любом случае будет недостаточным. Нам, во всяком случае, ни разу не удалось при теоретических расчетах добиться необходимого баланса, даже исходя из суточной нормы 2—3 тысячи килокалорий.

Серьезные медицинские возражения вызывает и «сухоядение», да еще при однократном приеме пищи вечером. Антифизиологичность подобных рекомендаций очевидна и не требует особых доказательств. Конечно, здоровые органы пищеварения обладают значительными компенсаторными возможностями и могут в некоторых случаях сравнительно благополучно выдержать все требования великого поста, даже отказ от вареной пищи. Но до известной степени. Исследования показывают, что болезни органов пищеварения среди населения развитых стран занимают второе место, что половина страдает хроническими гастритами. Можно представить себе, как тяжело отзывается больной организм на резкое изменение структуры питания при переходе к длительному посту!

С небольшими или редкими погрешностями в ежедневном питании может справиться даже больной орган, в этом ему «помогут» другие, соседние, взаимосвязанные органы пищеварения. Но никакая компенсация не спасет от серьезных последствий, если в питании происходит «сбой» на длительное время. Опасность при этом угрожает всему организму.

Вот что пишут по этому поводу И. М. Скурихин и В. А. Шатерников: «Длительные религиозные посты, особенно так называемый великий пост у православ-

ных христиан, продолжающийся семь недель, обрекая верующих на недостаточное питание, вредно сказываются на их здоровье. При недостаточном питании происходит задержка роста и развития, снижается трудоспособность, возникает умственная и физическая слабость. Дефицит белка в питании сравнительно быстро приводит к снижению сопротивляемости организма, к различным инфекциям в результате угнетения реакций иммунитета»[24].

Длительные и жесткие ограничения в пище далеко не безвредны для организма. Они могут спровоцировать обострение заболеваний органов пищеварения и сердечно-сосудистой системы. Врачебной практике и в прошлом, и теперь известны факты подобного рода.

В качестве примера можем сослаться на клинический случай, зафиксированный калужским врачом М. Д. Грушичевой. К ней на лечение в терапевтическое отделение поступила истощенная пожилая женщина с признаками выраженного малокровия. Как выяснилось из целенаправленного опроса, причиной ее болезненного состояния было строгое соблюдение длительного поста. Полноценное питание с повышенным содержанием животных белков и витаминов (особенно B_{12}) даже без лекарственных препаратов позволило вылечить малокровие, восстановить здоровье больной.

В связи с рассматриваемой проблемой уместно вспомнить историю болезни и смерти Н. В. Гоголя. Свидетельства очевидцев говорят о том, что повышенная набожность писателя в последние годы его жизни явилась причиной экзальтированного отношения ко всему церковному, желания строго следовать предписаниям церкви, в том числе и в соблюдении постов. Многие современники Гоголя не без основания считали, что он уморил себя голодом.

«Поститься Гоголь начал еще в первые дни масленицы. Ходил в церковь, долго молился, а от пищи воздерживался до крайности. Только за обедом съедал несколько ложек овсяного отвара или капустного рассола. В четверг, причастившись, Гоголь отведал кусочек просфоры. Но тут же раскаялся, назвал себя нетерпивцем и сокрушался страшно.

Гоголь старался скрыть свой голодный пост от менее набожных из друзей. Отказываясь от пищи, ссылался на болезнь кишечника. А сам внимательно читал церковный устав, особенно в частях, касающихся трапез у монахов и священнослужителей» [25].

Посетивший Гоголя в те дни московский доктор А. Т. Тарасенков был поражен его видом: «Увидев его, я ужаснулся. Не прошло месяца, как я с ним вместе обедал; он казался мне человеком цветущего здоровья, бодрым, свежим, крепким, а теперь передо мною был человек как бы изнуренный до крайности чахоткою или доведенный каким-либо продолжительным истощением до необыкновенного изнеможения. Все тело его до чрезвычайности похудело; глаза сделались тусклы и впали, лицо совершенно осунулось, щеки ввалились, голос ослаб, язык с трудом шевелился, выражение лица стало неопределенное, необъяснимое. Мне он показался мертвецом с первого взгляда» [26].

Консилиум врачей, собравшихся у постели Н. В. Гоголя, среди причин его болезненного состояния прямо назвал «религиозное убеждение морить себя голодом». Видимо, прав психиатр А. Личко, утверждая, что голодный пост, бессонница, фанатическая экзальтация могли вызвать у Гоголя галлюцинации [27].

Последнее обстоятельство интересно в том отношении, что оно как бы противоречит практике Ю. С. Николаева, использовавшего голодание в терапии психиатрических больных. Это еще одно доказательство неоднозначности действия голодания как

лечебного метода. Абсолютный пост или полный голод может привести к прямо противоположным результатам — смягчить психические заболевания или обострить их течение. Осторожность в оценках здесь необходима, дабы не нанести еще большего вреда больному.

Еще одно доказательство в пользу того, что религиозные посты могут вызывать психические нарушения, мы находим в книге А. Т. Москаленко, посвященной секте пятидесятников. Автор пишет: «Во время поста верующему строго запрещается употреблять какую-либо пищу и пить воду. Такого рода пост, длящийся иногда до десяти суток, приводит к полному физическому истощению верующего. Кроме того, во время поста верующий должен находиться в постоянной молитве, которая не только усиливает физическое истощение организма, но и часто вызывает сильное нервно-психическое расстройство. К концу такого изнурительного поста и постоянных молений организм верующего становится настолько ослабленным, что он уже не может сопротивляться как физическим, так и психическим воздействиям. Человек в таком состоянии легко поддается внушению и самовнушению; у него часто появляются различного рода видения и галлюцинации, которые больным воображением обычно воспринимаются за «откровения божии» [28].

Картина, нарисованная Москаленко, типична и для состояния великих постников, описанного в многочисленных житиях святых. Не чем иным, как психическими расстройствами под влиянием самоистязаний и голода можно объяснить, в частности, бесконечные войны святых угодников с бесовским племенем или посещение их келий ангелами и другими небожителями.

Сказанное подтверждается и исследованиями чехословацких ученых В. Долижана и М. Пипала, выя-

вивших, что у ряда лиц, пользовавшихся ограничительными диетами, отмечались психические нарушения в форме эйфории, тревожного состояния, депрессии [29].

Говоря о вредных последствиях поста, мы должны рассмотреть и такой аспект, как режимность питания. Наиболее благоприятным для здоровья является четырехразовое питание. С этой точки зрения обильная еда один раз в день, да еще вечером, противопоказана не только больным, но и здоровым, поскольку усиливает возможность возникновения инфаркта миокарда, обострения язвенной болезни, хронического гастрита и холецистита. Между тем именно такой пищевой режим во время постов рекомендуют отцы церкви.

Вопрос можно рассмотреть и под другим углом. Все христианские многодневные посты заканчиваются большими религиозными праздниками: пасхой, рождеством, успеньем, днем Петра и Павла. Эти торжества сопровождаются и соответствующими пиршествами. Застолья бывают, как правило, обильные и состоят из запрещенных в посты жирных, белковобогатых и трудноперевариваемых блюд. Нет ничего удивительного в том, что истомившиеся однообразием еды люди буквально набрасываются на вожделенную пищу. Неумеренность и несдержанность в еде, переходящие порой в обжорство, приводят зачастую к печальным последствиям.

Дело в том, что праздничные трапезы, включающие обильную жареную пищу, жирную пасху, сдобные куличи, да еще сопровождаемые возлияниями, следуют за периодом совсем иного, обедненного питания на основе растительной пищи. Такие резкие перепады не могут пройти бесследно для органов пищеварения и организма в целом. Пищевые перегрузки на фоне нервного возбуждения вызывают серьезные стрессовые состояния. Это может привести к неблагоприят-

ным, иногда трагическим последствиям. В частности, могут обостриться хронические заболевания органов пищеварения и сердечно-сосудистой системы, чаще всего у стариков с их ослабленной конституцией и пониженным иммунитетом.

Один из авторов этой книги, врач, до приезда на село по окончании медицинского института понятия не имел о великом посте, не знал значения слов «говеть» и «разговляться», связанных с пощением и выходом из поста. Память подсказывала разве что пару строчек из «Евгения Онегина» — «Два раза в год они говели». Просветиться на этот счет помог печальный случай. Дело происходило в мае, на пасху. По соседству большая и дружная семья справляла праздник. Собрались гости, было шумно и весело. Верховодила застольем хозяйка дома — худенькая, вечно чем-то занятая набожная старушка. И вот за праздничным столом среди всеобщего оживления бабушка внезапно потеряла сознание, лицо ее перекосило. Когда прибежал молодой доктор, было уже поздно — наступила смерть. Из причитаний рыдающих женщин стала ясна и провоцирующая причина столь внезапного конца. Престарелая хозяйка семь недель истово держала пост, а на пасху «разговелась на славу». Естественно, ослабевший организм не выдержал такой встряски.

Подобные случаи приходилось наблюдать и позднее. Однажды с трудом удалось спасти больную, у которой после разговения началось обострение желчнокаменной болезни с жесточайшей печеночной коликой. Дважды в аналогичной ситуации развивался обширный инфаркт миокарда. О такой «мелочи», как массовые поносы от переедания во время разговления, мы уж не говорим.

Примечательно, что эту сторону постов подверг уничтожающей критике М. В. Ломоносов. «Паче других времен,— писал он с сарказмом,— пожирают у нас

масленица и св. неделя великое множество народа одним только переменным употреблением питья и пищи. Легко рассудить можно, что, готовясь к воздержанию великого поста, во всей России много людей так загавливаются, что и говеть времени не остается. Мертвые по кабакам, по улицам и по дорогам и частые похороны доказывают то ясно. Разговенье тому ж подобно»[30].

Одна из причин массовых заболеваний, по Ломоносову, это употребление в пищу грубой постной пищи, которая и здоровому желудку тягостна. Не меньший урон здоровью, по его мнению, наносит и наступающий за великим постом праздничный разгул, когда недавние строгие «постники», как с привязи спущенные собаки, набрасываются на мясо, объедаются и перепиваются вином, после чего «валяются обнаженные и блудом утомленные».

Современная наука подтверждает наблюдения М. В. Ломоносова. И. М. Скурихин и В. А. Шатерников пишут: «В свою очередь обжорство, допускаемое непосредственно перед или сразу же после перенесенного поста, нередко приводит к тяжелым заболеваниям, например к инфаркту миокарда, острому панкреатиту и др.»[31]. Такими представляются ближайшие, неблагоприятные для здоровья последствия многодневного поста и «выхода» из него. Не исключена возможность и отдаленного, отсроченного воздействия на организм нарушений в питании.

Заслуживает внимания и попытка увязать особенности питания с частотой заболеваемости раком. Такая связь сегодня прослеживается многими учеными. Так, академик АМН Т. Шарманов считает, что к стимуляторам первичного рака печени с определенностью можно отнести дефицит белка в питании. Анализ повышенной частоты заболеваемости раком верхней трети пищевода показывает, что у женщин этот процесс

связан с железодефицитной анемией. Анемия же имеет одной из причин нехватку витамина В 12. Скудное питание, а тем более длительные и строгие посты ведут к еще большей недостаточности указанного витамина и белков животного происхождения в ежедневном рационе. Т. Шарманов предлагает для снижения заболеваемости раком пищевода, желудка и печени увеличить в рационе количество белков животного происхождения — мяса, молока и молочных продуктов [32]. Но именно этих продуктов нельзя употреблять верующим во время поста.

Таким образом, с какой бы стороны мы ни подошли к оценке религиозных постов и их последствий, общий вывод остается неизменным: эти церковные установления несовместимы с требованиями здорового образа жизни. Причем речь идет не только о православии, но и о других конфессиях, включающих в себя этот обряд. Возьмите ислам. Там посты тоже соблюдаются, но весьма своеобразно. На протяжении целого месяца рамадана правоверный мусульманин может принимать пищу и утолять жажду только в ночное время суток. От восхода и до захода солнца нельзя сделать даже одного глотка воды. И это в условиях знойного климата Аравийского полуострова или Северной Африки!

«Лунные месяцы «скользящие»,— пишет советский востоковед М. Родионов,— рамадан может прийтись на любое время года, и, когда он выпадает на лето, это настоящее испытание. Не пить в палящую жару трудно, знаю по себе, ибо провел однажды весь рамадан в пекле Хадрамаута. На глазах местных жителей, стойко переносящих пост, выпить даже глоток воды немыслимо, утолять жажду тайком — стыдно. Люди становятся молчаливыми, стараются поменьше двигаться, часто сплевывают слюну: ведь преднамеренно проглотить ее — грех! Можно вымыть руки

нагретой от солнца водою, можно ополоснуть лицо, но это помогает лишь на мгновение» [33].

К концу рамадана чувствуется всеобщая усталость. Только маленькие дети да беременные женщины освобождаются от необходимости держать мусульманский пост — уразу.

Суммируем сказанное. Посты, если подходить к ним с медицинских позиций, весьма уязвимы.

Во-первых, исключение на длительный срок из рациона наиболее ценных продуктов может привести к значительному ослаблению организма и даже дистрофии со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Во-вторых, неприемлем режим питания, устанавливаемый во время строгих постов,— одноразовый прием пищи, да еще вечером. Такой режим антифизиологичен и противоречит современным требованиям науки о питании.

В-третьих, следующие за постами периоды обильного приема пищи провоцируют обострение целого ряда хронических заболеваний.

В-четвертых, несостоятельны попытки придать постам профилактическое значение, отождествить их с методом лечебного голодания.

В-пятых, рациональное зерно в постах есть, особенно в однодневных. Отказ от мясной пищи дважды в неделю условно можно рассматривать как разгрузочные дни. Но стоит ли их практиковать как диетотерапию, если эти функции гораздо грамотнее и эффективнее выполняет наука о питании? Посты не содержат никаких особенных секретов, которые не были бы известны специалистам-диетологам.

Факты и врачебный опыт говорят за то, что польза религиозных постов весьма относительна. Учение церкви о постах, их апология как средства физического и нравственного обновления человека несовместимы с данными современной науки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наш рассказ о постах подошел к концу. Мы убедились в том, что исторические корни религиозных постов уходят в эпоху родового строя и ведут свое начало от пищевых запретов, система которых сложилась в условиях охотничьего хозяйства и собирательства. Монотеистические религии, пришедшие на смену родо-племенным, восприняли ряд первобытных обрядов, включая частичное или полное воздержание от пищи на определенный срок, в значительной степени трансформировав их. Но глубинная суть постов как способа очищения души и облегчения духовных контактов с богом осталась неизменной. Сказанное в равной степени относится не только к православию, на котором мы сфокусировали внимание, но и к любой другой конфессии, в культовой системе которой пост занимает важное место.

Религиозные посты выступают как центральный элемент учения Русской православной церкви об аскезе. Пожалуй, ни один обряд не сравнится с постом и связанными с ним таинствами покаяния и причащения по силе и продолжительности эмоционально-религиозного воздействия на верующего. Регулярно постятся в наши дни только те прихожане, для которых посещение храма и участие в богослужении — не простая дань традиции. Это убежденные верующие, осознанно готовящиеся к исповеди, к очищению души от накопившихся грехов. Пост — крепкая ниточка, привязывающая их к церкви. Вот почему церковные иерархии не торопятся усекать посты или существенным образом смягчить их строгость.

Когда эта книга была подготовлена к печати, в центральной прессе появился ряд материалов, посвященных теме постов. Публикации еще раз высветили

неразработанность современных научных подходов к проблеме религиозных постов, отсутствие объективной оценки их места и роли в жизни верующего[1].

Ряд авторов, пишущих сегодня о постах, усиленно подчеркивает то обстоятельство, что в этом обряде в какой-то степени аккумулировалась народная мудрость, многовековой опыт людей в борьбе за существование. Действительно, в постах изначально проявлялась хозяйственная целесообразность — они служили для подкапливания продуктов в определенные сезоны года. Вместе с тем было бы неправильно объяснять происхождение постов только этой причиной.

Нельзя согласиться и с попытками преувеличить роль постов как лечебного средства. Разумеется, периодическое воздержание от мясной пищи, особенно при склонности к полноте, пойдет на пользу человеку. Но при чем тут посты? Подобное воздержание вполне укладывается в медицинские рекомендации здорового образа жизни. А главное, когда речь идет о роли постов, нельзя все сводить к физиологии и забывать о духовной стороне, о том, что через посты церковь оказывает мощное влияние на сознание верующих, формирует у них «динамический стереотип», требующий добровольного отказа от всей полноты жизненных проявлений.

Опыт показал, что сила религии — в ее культе. Социальная инерция настолько велика, что многие граждане социалистического общества по привычке все еще отправляют религиозные обряды. Искоренить эту привычку очень трудно. Здесь никакие административные меры не помогут. Нужны новые, безрелигиозные обряды и праздники, которые сумеют потеснить традиции тысячелетней давности. Надежным и проверенным средством является также хорошо поставленная просветительная работа.

ПРИМЕЧАНИЯ

От авторов

1. *Ленин В. И.* Полн. собр. соч. Т. 12. С. 145.
2. Материалы XIX Всесоюзной конференции Коммунистической партии Советского Союза. М., 1988. С. 41—42.

Куда уходят корни

1. См.: *Токарев С. А.* Религия в истории народов мира. М., 1986.
2. Цит. по: *Штернберг Л. Я.* Первобытная религия. Л., 1936. С. 6—7.
3. *Арсеньев В. К.* По Уссурийскому краю. Дерсу Узала. Л., 1978. С. 35.
4. См.: *Суглобов Г. А.* О свычаях-обычаях и религиозных обрядах. М., 1987. С. 19.
5. См.: Мифы народов мира. М., 1980. Т. 1. С. 427—428.
6. Там же.
7. См.: *Швейцер А.* Письма из Ламбарене. Л., 1978. С. 49.
8. Там же. С. 37.
9. См.: *Сухов А. Д.* Философские проблемы происхождения религии. М., 1967. С. 134, 154.
10. *Кулик С.* Кенийские сафари. М., 1976. С. 81.
11. См.: *Токарев С. А.* Религия в истории народов мира. М., 1986. С. 183.
12. *Гарин И. де.* Табу, питание, общество // Здоровье мира, май — июнь 1974.
13. См.: Мифы народов мира. Т. 1. С. 427.
14. Лев., гл. 11.
15. *Гарин И. де.* Табу, питание, общество.
16. *Форстер Г.* Путешествие вокруг света. М., 1986. С. 324.
17. См.: Человек с луны: Дневники, статьи, письма Н. Н. Миклухо-Маклая. М., 1982. С. 105—106.
18. См.: *Токарев С. А.* Религия в истории народов мира. С. 118—119.
19. См.: *Топоров В. Н.* Образ трикстера в енисейской традиции // Традиционные верования и быт народов Сибири (XIX — начало XX в). Новосибирск, 1987.
20. *Шульц Д.* Моя жизнь среди индейцев. М., 1974. С. 99, 102.
21. См.: *Штернберг Л. Я.* Первобытная религия. С. 37—44.
22. См.: *Геродот.* История. Л., 1972. С. 92—93.
23. Втор., гл. 14.
24. *Гарин-Михайловский Н. Г.* Собрание сочинений. М., 1957. Т. 3. С. 298.

[25]. См.: *Фрэзер Дж.* Золотая ветвь. М., 1980. С. 519—523.
[26]. Геродот. История. С. 95.
[27]. См.: *Монтескьё Ш.* Персидские письма. М., 1956. С. 65—66.
[28]. *Форстер Г.* Путешествие вокруг света. С. 116, 441.
[29]. См.: *Штернберг Л. Я.* Первобытная религия. С. 428—429.
[30]. См.: *Пандей Р. Б.* Древнеиндийские домашние обряды. М., 1982. С. 95.
[31]. См. там же. С. 78.
[32]. Там же. С. 131.
[33]. Дж. Фрэзер. Золотая ветвь. С. 669—673.
[34]. См.: *Тайлор Э.* Первобытная культура. М., 1989. С. 485.

Как постились в старину

[1]. *Маркс К., Энгельс Ф.* Соч. Т. 21. С. 315.
[2]. Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы: Исторические корни и развитие обычаев. М., 1983. С. 162.
[3]. Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы: Зимние праздники. М., 1973. С. 57.
[4]. Там же. С. 211—212.
[5]. Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы: Весенние праздники. М., 1977. С. 39—40.
[6]. См.: Большая энциклопедия (под ред. С. Н. Южакова). Спб., 1896. Т. 15. С. 500—501.
[7]. Красноречие Древней Руси, XI—XVII вв. М., 1987. С. 131.
[8]. Культурно-бытовые процессы у русских Сибири. XVIII — начало XX в. Новосибирск, 1985. С. 13.
[9]. См.: *Толстой А. К.* Князь Серебряный. М., 1980.
[10]. См.: Памятники литературы Древней Руси. Середина XVI века. М., 1985. С. 143.
[11]. См.: *Анохина Л. А., Шмелева М. Н.* Быт городского населения средней полосы РСФСР в прошлом и настоящем. М., 1977. С. 160.
[12]. *Пантелеев Л. Ф.* Воспоминания. М., 1958. С. 84.
[13]. См.: *Энгельгардт А. Н.* Из деревни: 12 писем 1872—1887. М., 1987. С. 334—335.
[14]. См.: Календарные обычаи и обряды в странах зарубежной Европы: Зимние праздники. С. 211—212.
[15]. Там же. С. 170—172.
[16]. См.: *Максимов С.* Куль хлеба и его похождения. М., 1982. С. 22.
[17]. Там же. С. 23.
[18]. См.: *Рыбаков Б. А.* Язычество древних славян. М., 1981. С. 298; Народные лирические песни. Л., 1961. С. 9.
[19]. Россия XV—XVII вв. глазами иностранцев. Л., 1986. С. 340.
[20]. *Шмелев И.* Лето господне. М., 1988. С. 21—22.

21. Кузьмин Н. Страницы былого. М., 1984. С. 109.
22. Водовозова Е. Н. На заре жизни. М., 1987. Т. 1. С. 344—345.
23. Максимов С. В. Литературные путешествия. М., 1986. С. 291—292.
24. Там же. С. 292.
25. Энгельгардт А. Н. Из деревни: 12 писем 1872—1887. С. 336—337.
26. См.: Семенова Л. Н. Очерки истории быта и культурной жизни России: Первая половина XVIII в. С. 236.
27. См.: Успенский Г. И. Собрание сочинений. М., 1956. Т. 5. С. 185—186.
28. См.: Максимов С. В. Избранные произведения. М., 1987. Т. 1. С. 129.
29. Там же. С. 126—127.
30. Там же. С. 126.
31. Россия XV—XVII вв. глазами иностранцев. С. 409—410.
32. Гоголь Н. В. Сочинения. Спб., 1889. Т. 5. С. 104.
33. Лесков Н. С. Собрание сочинений. М., 1956. Т. 1. С. 56—57.
34. См.: Достоевский Ф. М. Полное собрание сочинений. М., 1976. Т. 14. С. 79.
35. См.: Мельников П. И. (Андрей Печерский). Собрание сочинений. М., 1976. Т. 2. С. 268, 281.
36. См.: Русская демократическая сатира XVII века. М., 1977. С. 52.

Церковь о постах

1. Одулок Тэки. Жизнь Имтеургина-старшего. На крайнем Севере. Якутское кн. изд-во, 1987. С. 232—233.
2. См.: Большая энциклопедия (под ред. С. Н. Южакова). Т. 156. С. 500—501.
3. Уроки и примеры христианской любви: Опыт катихизической хрестоматии. Спб., 1902. С. 391.
4. Большая энциклопедия (под ред. С. Н. Южакова). Т. 15. С. 501.
5. Гольбах П. Галерея святых. М., 1962. С. 263—264.
6. Коммунист. 1988. № 4. С. 122.
7. Журнал Московской патриархии. 1987. № 3. С. 54.
8. ЖМП. 1987. № 3. С. 54.
9. Там же.
10. Там же. С. 55.
11. Там же.
12. Там же.
13. См.: ЖМП. 1972. № 2.
14. ЖМП. 1981. № 3. С. 32.
15. См.: ЖМП. 1987. № 3. С. 55.
16. ЖМП. 1982. № 2. С. 27.

17. ЖМП. 1983. № 4. С. 32.
18. ЖМП. 1987. № 3. С. 55.
19. Там же. С. 56.
20. Там же. С. 55.
21. ЖМП. 1982. № 9. С. 26.
22. См.: Социализм и религия // Коммунист. 1988. № 4; Наука и религия. 1987. № 11; 1988. № 1; и др.

Медицина и посты

1. *Мечников И. И.* Этюды о природе человека. М., 1961. С. 137—138.
2. Там же. С. 138.
3. Медицинская газета. 1988. 30 марта.
4. Цит. по: *Николаев Ю. С., Нилов Е. И.* Голодание ради здоровья. М., 1973. С. 14.
5. Советский спорт. 1988. 20 мая.
6. *Николаев Ю. С., Нилов Е. И.* Голодание ради здоровья. С. 8—9.
7. Химия и жизнь. 1988. № 3. С. 48—54.
8. Цит. по: *Николаев Ю. С., Нилов Е. И.* Голодание ради здоровья. С. 25.
9. Уроки и примеры христианской любви. С. 295.
10. *Шатерников В. А.* От семи недуг. М., 1986. С. 53—54.
11. Там же.
12. Уроки и примеры христианской любви. С. 298—299.
13. Там же. С. 256.
14. *Маркс К., Энгельс Ф.* Соч. Т. 20. С. 492.
15. См.: *Михайлов В. С., Палько А. С.* Выбираем здоровье. М., 1987. С. 105—106.
16. Неделя. 1988. № 21.
17. См.: *Оленева В.* Трезвый взгляд на вещи // Социалистическая индустрия. 1983. 18 декабря.
18. Там же.
19. Здоровье. 1986. № 2. С. 12—13.
20. Цит. по: *Рябушкин Н. В., Царегородцев Г. И.* Наказание ли божье? М., 1988. С. 75.
21. Уроки и примеры христианской любви. С. 253.
22. Цит. по: *Князев Ю. А., Танакова Г. В.* Современные представления и достижения геронтологии. М., 1983. С. 26.
23. *Скурихин И. М., Шатерников В. А.* Как правильно питаться. М., 1987. С. 6.
24. Наука и религия. 1966. № 12. С. 81.
25. Гоголь в воспоминаниях современников. М., 1952. С. 517—518.
26. Наука и религия. 1967. № 1. С. 91.
27. *Москаленко А. Т.* Пятидесятники. М., 1973. С. 124—125.

[28]. БСЭ. Т. 7. С. 33.
[29]. *Ломоносов М. В.* Избранные произведения. М., 1986. Т. 2. С. 136.
[30]. *Скурихин И. М., Шатерников В. А.* Как правильно питаться. С. 6.
[31]. См.: *Шарманов Т.* Питание и рак // Медицинская газета. 1988. 17 августа.
[32]. *Родионов Михаил.* Голубая бусина на медной ладони. Л., 1988. С. 82.

Заключение

[1]. См., например: Советская Россия. 1989. 8 марта; Медицинская газета. 1989. 8 марта.

СОДЕРЖАНИЕ

Цветков Валентин Александрович,
Резников Марк Александрович

Посты: правда и вымыслы

Заведущий редакцией **О. А. Белов**
Редактор **Л. И. Волкова**
Младший редактор **М. В. Архипенко**
Художник **А. А. Солнышков**
Художественный редактор **А. А. Пчелкин**
Технический редактор **Т. Н. Полунина**

ИБ № 7877
Сдано в набор 20.07.89. Подписано в печать 15.12.89. Формат $70 \times 108^{1}/_{32}$. Бумага книжно-журнальная офсетная. Гарнитура «Журнальная рубленая». Печать офсетная. Усл. печ. л. 5,60. Усл. кр.-отт. 6,13. Уч.-изд. л. 5,54. Тираж 200 000 экз. Заказ № 4970. Цена 25 коп.

Политиздат. 125811, ГСП, Москва, А-47, Миусская пл., 7.

Ордена Ленина Типография «Красный пролетарий». 103473, Москва, И-473, Краснопролетарская, 16.

25 коп.

